

Universidad Autónoma Metropolitana

Unidad Xochimilco

División de Ciencias Sociales y Humanidades

Maestría en Estudios de la Mujer

**Los caminos del cuerpo en el Kung Fu: análisis, *diálogos corporales* y prácticas en
tres mujeres de la Ciudad de México**

ICR para obtener el grado de Maestra en Estudios de la Mujer

Presenta:

Consuelo Fernanda Díaz Barrera

Directora: Dra. Eva Alcántara Zavala

Co-Directora: Dra. Hortensia Moreno Esparza

Integrantes del jurado:

Dra. Eva Alcántara Zavala

Dra. Hortensia Moreno Esparza

Mtra. Ana Carvajal Monroy

Ciudad de México, 24 de enero de 2025

Que tu cuerpo sea el equipaje y la brújula de este viaje.

Agradecimientos

Gracias a mis profesoras Eva y Hortensia por acompañarme y guiarme cada una a su manera en este proceso, gracias a ambas por la confianza y la sinceridad, por los consejos y la paciencia; gracias a mi lectora Ana por las precisas reuniones y sus comentarios. Gracias por el apoyo económico recibido por CONAHCyT, a la UAM por el acompañamiento, y a la Maestría en Estudios de la Mujer y sus profesoras por haber elegido este proyecto de investigación, que en Chile no podría haber realizado.

Gracias a la Feña, a la Ube, a la Javi, a la Xime, al Chris, al Pablo, al Mario que desde el sur apoyaron cada uno a su forma y a su momento; gracias por los lindos reencuentros físicos en el invierno sureño, por los mates, los cuchuflis, los alfajores y los chocolates, por los completos, por el reír hasta tener dolor de pómulos, por las conversaciones al lado del fuego, por las caminatas, por los tecitos, por los abrazos apretados, por los besos, por los recuerdos, por el presente, por el cariño, por los paseos en la región de Los Lagos y de los Ríos, por las idas al mar, al bosque, a la nieve, al río, a la cascada; gracias por la confianza, la sinceridad, el respeto, el entendimiento, la amistad y el amor. Gracias a la Tamy por haber accedido a conocer de esta investigación y participar de una entrevista por el año 2019, cuando esto recién comenzaba. Gracias también a quienes estuvieron en los inicios de este gran viaje y hoy ya no están en el camino. Gracias a mi hermano Nicolás por haber motivado el desarrollo de la investigación siempre, y a mi mamá y a mi papá por no haber dudado nunca. Gracias a Chalaila que fue la estrellita que marcó uno de los inicios de este camino en México.

Gracias a la Dani y a la tía Lilia, a la Águe, a Rodri, a Farlen, a Jamie, a Kikki, por estar y apoyar a sus maneras, por las conversaciones, las videollamadas, por los abrazos, por los entrenamientos, por las risas, por los llantos, por la comida, por los paseos, por confiar, por acompañar en la vulnerabilidad y por permitirme estar en sus caminos, aunque en algunos casos ya no estemos. Gracias a las chinganeras: Aileen, Carli Du y Dany Chávez, que desde la distancia apoyaron en los momentos precisos.

Gracias siempre a la música, a la aventura, a la curiosidad, al riesgo, al bordado y las costuras, a los dulces, a los regalos, a las siestas con los pies al sol, a los viajes, a la escritura, al silencio, al baile, al cuerpo, a las artes marciales y a la sociología. Gracias a la Ciudad de México por haberme entregado tantas respuestas en la movilización a pie, en bicicleta, en la

combi, en el pecero, en la micro, en el tren ligero, en el metro, en el trole; en las conversaciones con la gente durante los trayectos, y por supuesto a la rica comida. Gracias a la ciudad por inspirarme a cada momento y permitir adentrarme en sus bosques con seguridad.

Este estudio tiene como objetivo principal analizar y comprender los significados asociados al género en la práctica de Kung Fu y su repercusión en los procesos subjetivos, de configuración corporal y contexto de práctica. La metodología es feminista y cualitativa con enfoque constructivista y se recurrió a la entrevista autobiográfica narrativa y a la participación observante mediante los *diálogos corporales* como técnicas de recolección de datos. Estudios realizados han demostrado la existencia de diferencias en hombres y mujeres construidas a partir de discursos basados en la creación de los dos sexos inconmensurables, justificados desde el sexo biológico (Laqueur, 1994). La incorporación de ciertos movimientos, posturas y gestos corporales se diferencian de acuerdo al sexo mediante un trabajo cotidiano de reglas, apariencias, rituales de interacción a través de las posturas, actitudes, formas de estar, moverse, etcétera (Moreno, 2011). De esta forma, “hacer género” (West y Zimmerman, 1990) implica la generación y reproducción de comportamientos asociados a lo masculino y lo femenino que coexisten en el cuerpo. Las artes marciales, al ser consideradas como espacios de desarrollo masculino por la utilización de determinadas habilidades, alejan a las mujeres de su práctica (Rosa, 2008). En esta investigación se trabajó con tres mujeres con 10 años de práctica constante en sus estilos de: Shaolin Kung Fu, Wushu Kung Fu y el sistema de Jip-Do del maestro Pao. Los resultados indican potenciales cambios a nivel subjetivo, corporal y de movilidad espacial en las mujeres practicantes.

Palabras clave: Cuerpo, género, Kung Fu, mujeres.

Abstract

The main objective of this study is to analyze and understand the meanings associated with gender in the practice of Kung Fu and its repercussion on the subjective processes, body configuration and context of practice. The methodology is feminist and qualitative with a constructivist approach and the narrative autobiographical interview and observant participation through body dialogues were used as data collection techniques. Studies have shown the creation of differences in men and women constructed from discourses based on

the creation of the two incommensurable sexes, justified from biological sex (Laqueur, 1994). The incorporation of certain movements, postures and body gestures are differentiated according to sex through a daily work of rules, appearances, rituals of interaction through postures, attitudes, ways of being, moving, etc. (Moreno, 2011). In this way, "gendering" (West & Zimmerman, 1990) implies the generation and reproduction of behaviors associated with the masculine and the feminine that coexist in the body. Martial arts, being considered as spaces for male development due to the use of certain skills, distance women from their practice (Rosa, 2008). In this research, we worked with three women with 10 years of constant practice in their styles of: Shaolin Kung Fu, Wushu Kung Fu and Master Pao's Jip-Do system. The results indicate potential changes at the subjective, bodily and spatial mobility levels in the female practitioners.

Keywords: Body, gender, Kung Fu, women.

Agradecimientos	4
Resumen	6
Abstract	6
Índice	8
INTRODUCCIÓN	10
Caminar	10
Caminar sola	11
Migración	12
Origami	15
Alimento	15
Feminismo, género, cuerpo y Kung Fu	16
La forma	17
CAPÍTULO I. ¿QUÉ ES EL KUNG FU?	19
1.1. El camino de las artes marciales	19
1.2. El cuerpo oriental y las artes marciales	25
1.3. Estilos de Kung Fu presentes en esta investigación	28
1.4. Kung Fu como objeto de consumo	29
CAPÍTULO II. TEORÍA	35
2.1. Estudios del Kung Fu y género	35
2.2. Potencialidad de las artes marciales, reconfiguración subjetiva y corporal	37
2.3. Cuerpo y teoría de género	45
2.4. Conceptos que guían la investigación	49
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA. LOS COMIENZOS DEL VIAJE DEL CUERPO	55
3.1. Ocho años de camino marcial nómade	55

3.2. Propuesta metodológica	56
3.3. Encuentro con las informantes	61
3.4. Diálogos corporales	64
CAPÍTULO IV. LOS CAMINOS CORPORALES DEL KUNG FU	72
4.1. <i>Haciendo cuerpo</i>	72
4.2. Violencias, vida cotidiana y espacios	78
4.3. Cuerpo afectado, cuerpo emocionado	85
4.4. Unión profunda, prácticas en conjunto	96
CAPÍTULO V. FEMINIDAD Y KUNG FU	102
5.1. Acercamiento a los deportes y las actividades físicas	104
5.2. (Ser) madre	106
5.3. Hacer espacio	113
5.4. Autoexigencia	122
REFLEXIONES FINALES	128
REFERENCIAS	134

Introducción

Caminar

Caminar. Una acción que nuestros cercanos esperan de nosotras a temprana edad. Ellos y ellas saben que no podemos realizar esta acción sin sus ayudas, sin sus apoyos, sin sus ánimos, sin sus afectos. Nuestro cuerpo pequeño necesita de este acompañamiento y del fortalecimiento de las piernas para dar sus primeros pasos. En este caminar nos caemos, nos levantamos, lloramos, reímos, jugamos y así pasa el tiempo y crecemos constantemente. Nuestro cuerpo cambia todos los días, a todas horas y hasta cuando ni siquiera nos damos cuenta. Cada respiro, cada palpitar de nuestro corazón, cada bocado que nos llevamos a la boca, cada paso en este andar, cada tecleo en la computadora, es un movimiento corporal.

Nuestros cercanos nos impulsan y acompañan al enseñarnos los primeros pasos, nos llevan de la mano para evitar caídas fuertes, nos levantan cuando nos cansamos y nos sueltan cuando ya podemos equilibrarnos bien. Pero ¿cuándo y por qué este impulso de libertad corporal se empieza a coartar?, ¿por qué nos hacemos pequeñas a medida que crecemos y con ello se reducen los movimientos en los espacios?, ¿por qué se empiezan a diferenciar los espacios que como mujeres podemos ocupar?, ¿por qué no podemos vestir de cierta manera y salir de casa a ciertas horas?, ¿por qué tenemos que ser acompañadas por un hombre para estar/sentirnos más seguras? Estos cuestionamientos venían a mí cada vez que encontraba injusticias en el andar por las calles y por la vida. No recuerdo cuándo, dónde ni por qué el feminismo apareció en mi vida, pero comenzó a darme algunas respuestas a las preguntas que me hacía. Me di cuenta de la vulnerabilidad de mi cuerpo al andar por las calles y fue ahí que comenzó mi búsqueda de la práctica de un arte marcial, para aprender a defenderme y lograr viajar sola por el mundo. En esta misma búsqueda pude ser testigo de que los espacios de artes marciales están integrados en su mayoría por varones, y que la presencia de una mujer causa tensiones, extrañezas, inquietudes y dudas. Después de mucho averiguar, probar, arriesgarme, llegué a la práctica del Ving Tsun Kung Fu, un arte marcial creada por una mujer según una de las leyendas existentes con respecto a su origen, y fue esta leyenda la que me hizo recorrer ciudades hasta encontrar una escuela que enseñara su práctica.

En este andar los cuestionamientos comenzaron a crecer. Pude observar y sentir que las diferencias entre hombres y mujeres iban más allá de nuestro cuerpo. En mi búsqueda de

respuestas, me encontré con diferentes estudios que mostraban la herencia y perpetuación de comportamientos que se instalan en los seres humanos en la primera infancia, donde la cultura es interiorizada, asumida, y crea desigualdades sociales que se traspasan al cuerpo (Esteban, 2013).

¿Cómo sacar esta debilidad interiorizada? Poco a poco, a medida que la práctica de Ving Tsun avanzaba, me era extraño dejar salir algunas emociones como la rabia, el enojo, la frustración, la tristeza, la culpa, la vergüenza, la agresividad, mediante los movimientos corporales y los golpes. No lograba entender qué ocurría en mi cuerpo con la práctica de un arte marcial, con la cercanía de otros cuerpos que en algunas ocasiones eran atacantes y en otras eran compañeros; con el “hacer espacio” en lugares cooptados por varones, con sentirme segura de la fortaleza de la estructura de mi cuerpo, con observar mi cuerpo fino y pequeño y estar tranquila al momento de un ataque. Las preguntas eran demasiadas, por esta razón comencé a investigar de manera solitaria con información que buscaba en libros, artículos, sitios web, etcétera. El feminismo, el Kung Fu y el género comenzaron a generar cruces entre sí, con más dudas, con más reflexión, con más inquietud.

Caminar sola

En la práctica del Ving Tsun también dejé salir otras emociones como la alegría, la felicidad, la calma, y comenzó a ser un refugio individual y colectivo con el pasar del tiempo. Me arriesgué a generar los objetivos, las preguntas de investigación y hasta una entrevista con una mujer practicante de Wushu Kung Fu que llevaba en ese entonces 10 años de trayectoria en su arte marcial. Sin embargo, necesitaba apoyo adicional para avanzar en la investigación. La aparición de la Maestría en Estudios de la Mujer fue una oportunidad, una puerta abierta para resolver tantos cuestionamientos.

Decidí arriesgarme a postular, a ver la lejana posibilidad de cambiar a un país que ni siquiera conocía, a un país donde matan, desaparecen y violan mujeres, hombres, niñas y niños. Las fantasías de la peligrosidad de la Ciudad de México abundaban en las personas cercanas a las que les contaba esta posibilidad de viajar, ante lo cual empecé a salir sola a distintos lugares, una práctica que había comenzado en noviembre del año 2021. Un día de ese año me dije a mi misma: “llevo cinco años en el entrenamiento de artes marciales sin parar y sigo con miedo de que algo me ocurra en tierras conocidas. Ya no más”. Así, agarré

mi mochila y me fui sola a acampar en compañía de mi bastón y mi cuerpo un fin de semana. Para mi tranquilidad, fue un hermoso viaje lleno de aprendizajes.

A medida que el proceso de postulación a la Maestría avanzaba, yo seguía en mi experimentación de andar sola y segura, me armé de otras herramientas en complemento a mi arte marcial y seguía en el conocimiento de mi cuerpo y sus habilidades.

En este camino, empecé a profundizar y a observar de cerca las diferencias entre mujeres y hombres, diferencias que han sido construidas a partir de discursos basados en la creación de los dos sexos incommensurables, justificados desde el sexo biológico (Laqueur, 1994).

Migración

Las posibilidades de realizar esta investigación en el país donde nací eran muy escasas, por lo que al ser aceptada en la maestría decidí dejar todo para empezar de nuevo, y comencé a poner en práctica todo lo que había aprendido, volví a los principios básicos del Ving Tsun uno de los cuales es: *adáptate*. Respirar profundo, calmar, meditar y entrenar fue fundamental para mantener el equilibrio y no perder el enfoque de este primer gran viaje. Agradezco mucho a las personas que me guiaron en la ciudad y me enseñaron cada una a sus maneras, cómo moverme más segura. Las emociones y los estímulos eran muchos, el nuevo clima, la comida, el idioma, las nuevas amigas, los nuevos amigos, las clases, la investigación, los recuerdos de mi antigua ciudad, la distancia, la familia, la nostalgia, etcétera, todo pasaba a través de mi cuerpo. Observaba a las personas moverse y entendí que el cuerpo se constituye con la incorporación de ciertos movimientos, posturas y gestos corporales que se diferencian de acuerdo al sexo mediante un trabajo rutinario de movimientos corporales durante prácticas e interacción social, con las posturas, las formas de mirar, etcétera (Moreno, 2011). Me di cuenta que estas diferencias en los movimientos corporales tenían algunas similitudes con lo que observaba en las personas en el sur de Chile.

Entonces, comencé a tener un diálogo con esta nueva ciudad desde mi ser practicante de Ving Tsun, observar y meterme a espacios desconocidos, descubrir la ciudad a todas horas, estar atenta a mi cuerpo y sus sensaciones de comodidad o incomodidad durante el recorrido y movimiento. Entendí también que los miedos cambian de forma al estar en este país y al recorrer los diferentes estados. Sin embargo, la base era la misma que en mi país de origen:

mantener diferencias entre mujeres y hombres en el cuerpo y también en los espacios y en la construcción de los miedos.

El aventurarme a explorar todo fue parte de romper las barreras con las que se limita a las mujeres y sus cuerpos, y mientras observaba mi caminar y el caminar de las personas a mi alrededor me preguntaba: ¿cómo se realiza esta construcción del cuerpo? Al leer a los autores West y Zimmerman (1990) comprendí que “hacer género” tiene que ver con que los comportamientos asociados a lo femenino o lo masculino se forman y reproducen en el cuerpo, este último también considerado como lugar de cultura y socialización de las normas (Da Silva, Jaeger y Silva, 2021). Las diferencias que se establecen entre mujeres y hombres, niños y niñas no son naturales (West y Zimmerman, 1990) y como afirma Hortensia Moreno (2011), se crean oposiciones de cuerpo y mente desde pequeños, que se inculcan de la misma forma en la adultez para definir lo que es normal dentro de la sociedad. Las marcas que se establecen en el cuerpo, también afectan las prácticas deportivas (Da Silva *et al.*, 2021). Las artes marciales, al ser consideradas como espacios de desarrollo masculino por la utilización de determinadas habilidades, alejan a las mujeres de su práctica (Rosa, 2008).

Desde estos movimientos migratorios e investigativos nace la pregunta central de esta investigación: ¿qué transformaciones asociadas al género surgen en los procesos subjetivos y corporales a partir de la práctica de Kung Fu en tres mujeres practicantes en la Ciudad de México? También me pregunto acerca de cuáles son los significados corporales asociados al género en la práctica de Kung Fu, ¿de qué manera las mujeres relacionan su práctica con el/los espacio/s y contexto/s de práctica?, ¿de qué manera interactúan las mujeres con su práctica de Kung Fu?, ¿de qué manera encarnan su práctica marcial las mujeres practicantes de Kung Fu?

Al llegar a la Ciudad de México y comenzar las clases en la maestría, me sumergí en torneos, exhibiciones, eventos donde podría encontrar a mujeres que tuvieran una trayectoria de más de cuatro años en su entrenamiento de Kung Fu. Estos recorridos me ayudaron a conocer otros sectores de la ciudad y a viajar con el objetivo de encontrar a las mujeres indicadas para participar en esta investigación, quienes me pudieran otorgar información para analizar y comprender los significados asociados al género en la práctica de Kung Fu y su repercusión en los procesos subjetivos, de configuración corporal y contexto de práctica. Así como también, que esas mujeres pudieran abrirse para cartografiar las relaciones de género

existentes en los espacios de práctica de Kung Fu y analizar la repercusión de la práctica constante de Kung Fu en los procesos subjetivos y de configuración corporal en ellas.

A medida que las clases de la maestría avanzaban y las reuniones con mi directora de tesis y mi co-directora se complejizaban, me sumergí en lecturas intensas sobre el Kung Fu, el cuerpo, el género y el feminismo. De esta forma, comprendí que la relevancia de mi investigación tiene que ver con que no existen estudios y/o estadísticas de mujeres practicantes de Kung Fu de la Ciudad de México que contemplen los procesos subjetivos y corporales con su práctica y los espacios que frecuentan. Asimismo, hay una deficiencia en el estudio específico sobre las practicantes de artes marciales (Follo, 2012), por lo que decidí realizar una aproximación a cómo viven las mujeres practicantes el Kung Fu día a día, cómo son las relaciones entre practicantes, qué cambios han ocurrido en su cuerpo, en su mundo concreto y simbólico; para así tener el mayor acercamiento posible a la vivencia del Kung Fu en las mujeres practicantes.

La relevancia social y política de mi investigación recae en que a pesar de que la participación de las mujeres en actividades físicas y deportes es menor en comparación a los varones por las restricciones históricas producidas a través de múltiples formas de exclusión (Moreno, 2013), con el pasar de los años el ingreso de mujeres a estos espacios de movilidad corporal ha ido en aumento. Además, se considera al cuerpo como elemento principal del cual surgen los conceptos y ejes analíticos.

La relevancia de este estudio también tiene que ver con visibilizar a las mujeres practicantes de Kung Fu, lo que amplía el espectro de conocimiento sobre actividades físicas practicadas por mujeres, ya que, como señala Esteban (2013), es necesario realizar estudios sobre el cuerpo que den a conocer la diversidad, los límites, las contradicciones y se puedan “identificar las posibilidades reales, las prácticas innovadoras que existen dentro de esta sociedad y esta cultura del cuerpo” (p. 47). Esta investigación también posee una importancia particular al realizar un análisis desde una perspectiva feminista, con tener en cuenta conceptos y teorías que han permitido avanzar en estudios más profundos sobre la realidad de diversas mujeres. Es significativo generar conocimiento desde las propias practicantes de Kung Fu y de esta manera explorar sus subjetividades y transformaciones, para comprender la elección de un camino de práctica de un arte marcial en sus vidas.

En mi investigación decidí generar una aproximación profunda a las subjetividades de las mujeres con la utilización de la metodología de la entrevista autobiográfica narrativa. Sin embargo, en el transcurso del trabajo de campo al observar de cerca a mis informantes mientras relataban sus historias me preguntaba: ¿cómo acercarme aún más a la experiencia de sus prácticas en sus diferentes estilos de Kung Fu?, ¿cómo expresar los movimientos en el papel? Como practicante e investigadora tuve el reto de pasar desde una vivencia corporal hacia un análisis cognitivo, y tuve que acechar y cuestionar constantemente los análisis que llevaba a cabo. Las preguntas y la inquietud dieron como resultado el hallazgo de los *diálogos corporales* y su implementación con cada una de las mujeres practicantes. Esta metodología, al igual que el Kung Fu y el feminismo, tiene como centro el cuerpo y establece intercambios y encuentros a través de él. El objetivo principal fue compartir una práctica de Kung Fu con cada una de las practicantes y sus grupos de práctica luego de la realización de las entrevistas. Esto dio paso para establecer una comunicación desde el cuerpo y desde el ser practicante de Kung Fu con todas las entrevistadas. Los resultados fueron muy enriquecedores para la investigación, ya que me permitieron pensar a mayor escala lo que significa el cuerpo en el Kung Fu y cómo se desarrolla en los diferentes espacios y movimientos. Estos diálogos corporales no podrían haber sido posibles sin la apertura de cada una de las integrantes de la investigación, debido a que se requirió el establecimiento de una cercanía corporal durante los entrenamientos. Desde mi posición como practicante e investigadora, dispuse mi cuerpo con todos sus sentidos para atender a los estímulos de alrededor y la concentración al realizar los movimientos corporales que me exigían sin jerarquizar los movimientos que llevo conmigo por mi práctica de Ving Tsun.

Alimento

En este recorrido migratorio y andar cotidiano, aparte de sentirme segura por las habilidades y conocimientos que tengo de mi cuerpo, en este país me siento segura con otro elemento: la comida. Saber que el acceso a la comida puede ser a todas horas y en cada esquina me hace

¹ Arte tradicional oriental con orígenes en China que consiste en doblar el papel y crear diferentes representaciones de animales, plantas, figuras geométricas, etcétera. Información obtenida desde <https://historiadelpapel.net/impacto-cultural/origami-arte-doblar-historia-cada-pliegue/>.

sentir segura. Alimentar mi cuerpo es otro de los elementos principales que me mantienen fuerte y atenta a mi entorno. Al igual que los bocados que nos llevamos a la boca todos los días y con ello otorgamos energía a nuestro cuerpo, la aplicación de la metodología de los *diálogos corporales* me permitió alimentar y entrelazar los conceptos de procesos subjetivos, procesos de configuración corporal y contexto de práctica en el análisis de la investigación. Además, que el *hacer género*, el *hacer cuerpo* y el *hacer espacio*, pasa por el cuerpo, los sentidos, las emociones, y que las diferencias existentes entre mujeres y hombres, niñas y niños, existen en lo cotidiano y entregan la posibilidad de ser transformadas a través de las prácticas con el cuerpo.

Feminismo, género, cuerpo y Kung Fu

El feminismo ha alimentado la inquietud, la duda, pero también ha otorgado respuestas y luces durante todo este proceso de investigación. Entender el Kung Fu como práctica corporal de autodescubrimiento y filosofía de vida, entrega herramientas y estrategias para luchar, resistir y entender las diferencias de género existentes en la sociedad y en las relaciones sociales. El Kung Fu es una práctica que permite crear, jugar, imaginar desde el cuerpo, lo que posibilita la apertura de caminos que se cruzan con estudios de feminismo y género.

Durante la investigación, mi camino como practicante e investigadora también tuvo transformaciones. En este proceso migratorio, me hizo entender que el Ving Tsun que llevo conmigo no es compartido por los grupos encontrados en la Ciudad de México, lo que me llevó a entrenar en solitario, comenzar un grupo de práctica y realizar clases particulares. El aprendizaje como practicante e investigadora es inmenso, pero por sobre todo me llevó a entender que el feminismo como práctica política es capaz de inmiscuirse a través de los cuerpos, al igual que el Kung Fu.

Esta investigación puede brindar tácticas de lucha feminista que pasan por el cuerpo, que permiten algunos cambios en la configuración corporal en términos de fortaleza, uso de la fuerza física, nociones de vulnerabilidad y debilidad. A través del autoconocimiento del cuerpo en su profundidad, en la expresión y el entendimiento de las emociones, y la experiencia del sentir en el movimiento del cuerpo.

Al igual que las distintas formas que se practican en el Kung Fu con constancia, paciencia e intención, mi trabajo es acompañado por autores, autoras y diferentes conceptos que alimentan los ejes analíticos. La noción de cuerpo es alimentada por autoras y autores como Iris Marion Young, Judith Butler, Linda McDowell, Pierre Bourdieu, Olga Sabido, Hortensia Moreno, Teresa de Lauretis, etcétera. Esta ruta también es marcada por las categorías elaboradas de *procesos subjetivos*, *procesos de configuración corporal* y *contexto de práctica*, todas ellas marcadas por el concepto de género y también alimentadas por distintos autores y autoras.

En esta investigación, la forma pasa por cinco grandes estados. En el primer capítulo denominado “¿Qué es el Kung Fu?” realizo un recorrido de la llegada del Kung Fu a occidente y a México junto con la noción de cuerpo oriental como una unidad y luego la masificación del Kung Fu a través de medios audiovisuales.

En el capítulo dos, “Teoría”, abordo investigaciones relacionadas al Kung Fu y al género, además, de la existencia de una potencialidad de las artes marciales para la transformación y que son espacios de desafío y de tensión para los mandatos de género. También realizo una revisión de los conceptos de cuerpo y teoría de género que utilizo durante el desarrollo de la investigación y que alimentan los ejes analíticos.

En el capítulo tres, “Metodología. Los comienzos del viaje del cuerpo”, realizo un recorrido por las estrategias de entrevista autobiográfica narrativa y diálogos corporales que utilicé para la recolección de información. Ahí también doy a conocer mi recorrido por la práctica de las artes marciales y el lugar en el que me sitúo como investigadora y practicante de Ving Tsun.

En el capítulo cuatro, “Los caminos corporales del Kung Fu”, analizo la manera en que el cuerpo se construye, cómo se mueve en los diferentes espacios de la ciudad, así como también las violencias vivenciadas por las mujeres practicantes. Reviso los primeros

² Al usar este concepto en el Kung Fu, me refiero a las distintas secuencias de movimientos que en algunos casos expresan animales (tigre, águila, dragón, grulla, serpiente, mono, mantis, entre otras) o secuencias de movimientos establecidas que no necesariamente expresan animales. Estas formas dependen del estilo de Kung Fu que se practique.

acercamientos de cada una de las practicantes al Kung Fu, marcados por emociones y afectos. Luego el análisis de los diálogos corporales realizados con cada una de las entrevistadas.

El capítulo cinco, “Feminidad y Kung Fu”, elabora el concepto de *feminidad* a partir de la ayuda de distintos autores y autoras, para realizar un recorrido por los inicios de las mujeres en los deportes y las actividades físicas. Además, abordo las relaciones de violencia vivenciadas por las informantes, las relaciones de género entre practicantes y espacios de artes marciales, así como también las luchas que ha llevado cada una de las mujeres en estos espacios. Por último, reviso la autoexigencia producida por mis informantes y las repercusiones que ha tenido en su cuerpo.

Finalmente, cierro este trabajo con un apartado de reflexiones finales donde reviso los principales hallazgos encontrados y cómo afectó en mi ser practicante e investigadora el proceso de desarrollo de esta investigación. Las reflexiones y análisis a lo largo de este trabajo investigativo, se realizaron en movimientos en solitario, entrenamientos, movimientos en la ciudad, en el bosque, en la playa, en la montaña, dentro y fuera del país, en el caminar, en el andar en bicicleta; en conversaciones con mis amigos y mis amigas, con mi directora de tesis, mi co-directora y por supuesto, en los sueños. Agradezco a todas y a todos quienes de alguna manera acompañaron este proceso y también a aquellos y aquellas que lean este trabajo.

Capítulo I. ¿Qué es el Kung Fu?

El siguiente capítulo se divide en distintos apartados: “El camino de las artes marciales” —que hace un recorrido por los orígenes de las artes marciales para entender la llegada del Kung Fu a Occidente y luego a México, además de la contextualización en el orden de género mexicano—; “El cuerpo oriental y las artes marciales” —que explica a grandes rasgos la concepción de cuerpo oriental en las artes marciales y en específico del Kung Fu—; “Estilos presentes en esta investigación” —donde reviso los distintos objetivos de los estilos de Kung Fu de cada una de las mujeres participantes de esta investigación—, “Kung Fu como objeto de consumo” —donde realizo una revisión de la aparición del Kung Fu en las películas en la década de los 60’ y su transformación a un objeto de consumo.

1.1. El camino de las artes marciales

Con respecto al origen y desarrollo de las artes marciales, se dice que estas llevan aproximadamente 42 siglos practicadas en distintas latitudes, con diferentes estilos y con raíces mayoritariamente en Oriente, donde las más populares son las procedentes desde China y Japón (Castellanos, García, Gutiérrez, Martín y Tobal, 2015). Los ejercicios que se realizan en los diferentes tipos de artes marciales convergen en que se entrena el cuerpo, la mente y el espíritu, donde cada estilo posee filosofías y creencias propias (Bu, Haijun, Yong, Chaohui, Xiaoyuan y Fiatarone, 2010). Además, no existe un registro certero de la aparición de las artes marciales, pero se sabe que no es un individuo creador, sino más bien un desarrollo en conjunto de varias generaciones de estudiantes que con el tiempo han modificado, perfeccionado y diferenciado entre los estilos de artes marciales (Villamón-Herrera, 2003). Según registros encontrados, muchas de las técnicas de combate utilizadas en las diferentes artes marciales, tienen un nacimiento en las experiencias directas en el campo de batalla, donde el objetivo principal era sobrevivir, matar y no ser muerto (Acevedo, Cheung y Gutiérrez, 2010). Asimismo, en Estados Unidos después de la Segunda Guerra Mundial hubo una exposición de las artes marciales asiáticas, y comenzaron a modificarse, adaptarse a las distintas sociedades y en algunos casos a establecerse como deporte, donde fueron formalizadas e institucionalizadas (Bang y Jae, 2009).

El Kung Fu es un arte marcial de origen chino, sus técnicas de combate surgen principalmente en las batallas donde el objetivo era salir con vida de ellas, por lo que el Kung

Fu era practicado y transmitido por personas que integraban el ejército chino (Acevedo *et al.*, 2010). En China existen más de 300 estilos de Kung Fu, aproximadamente 170 reconocidos institucionalmente divididos por las zonas geográficas del país, por las familias y por los/as maestros/as que sistematizan los estilos. A pesar de las diferencias, se comparten filosofías, técnicas de combate y protocolos sociales entre los estilos de Kung Fu (Espitia, 2015). Con respecto al significado traducido de la palabra Kung Fu al español, es “logro humano”, es decir, su significado no se refiere solamente al arte marcial, sino a cualquier habilidad que haya utilizado la disciplina, el esfuerzo y la perseverancia en el transcurso del tiempo para lograr su/s objetivo/s (Acevedo *et al.*, 2010). Además, tiene que ver como señala Espitia (2015), con el “perfeccionamiento de una práctica persistente” (p. 15). De esta forma, si una persona realiza cualquier actividad con disciplina, perseverancia y esfuerzo, esa persona puede tener un buen Kung Fu.

En el contexto del origen y la historia del Kung Fu la aparición de mujeres es escasa, sin embargo, es posible encontrar algunos relatos que explican el surgimiento de algunas artes marciales. Tal es el caso del Wing Chun, un estilo creado por Yim Wing Chun, donde se indica que este habría nacido:

como medio de defenderse de un jefe militar, que quería coaccionarla, a partir de las enseñanzas de Wu Mei [...], una monja que había escapado a la destrucción del monasterio de Shaolin del sur (Acevedo, *et al.*, 2010, p. 140).

No existe un registro que asuma la veracidad de este relato, más bien Acevedo *et al.*, (2010) señalan que en otras narraciones aparecen personajes similares que destacan la existencia de una monja experta en artes marciales, pero con otro nombre. No obstante, la historia registra un relato donde se indica la participación de dos mujeres en el origen de un arte marcial de defensa personal de distancia corta.

El impulso de la práctica del Kung Fu comenzó durante el periodo republicano en China, en el año 1928 se realizaron los primeros exámenes a nivel nacional con el fin de captar a los mejores talentos que se encargarían de la transmisión del Kung Fu. En estos primeros exámenes se permitió la participación de mujeres en boxeo y pelea con armas; sin embargo, no era grato para los directores la participación de las mujeres porque no se veía bien ante la sociedad, por lo que en 1934 se impidió que ellas ingresaran a estas competencias (Acevedo *et al.*, 2010). Además, como señalan los mismos autores, durante estos años se comenzó a

idear un programa deportivo obligatorio con especialistas en Kung Fu y en otros deportes, donde se buscaba la aplicación práctica y la habilidad combativa entre los alumnos. Ya para el año 1950 la práctica del Kung Fu tuvo algunos cambios donde se simplificaron algunos estilos en distintas rutinas con más sentido estético que práctico, y en las competencias se comenzó a privilegiar la puntuación de las rutinas individuales. Es decir, con el paso del tiempo la práctica del Kung Fu se ha transformado y modificado a partir de las diferentes políticas que impulsan su práctica en los distintos lugares del mundo. Es así entonces como a través de la migración, el establecimiento de escuelas de artes marciales y el cine se comienza a masificar la práctica del Kung Fu. La globalización de procesos neoliberales a través de la popularidad cinematográfica y espectáculos televisivos, impulsados en gran parte por el artista marcial y actor Bruce Lee; el cine ocupó un papel importante en la representación de la cultura oriental lo que generó distintas narrativas sobre las artes marciales (Bang y Jae, 2009). Por otro lado, como señala Fuentes (2016) en el periodo New Age desde 1970 aproximadamente, con la búsqueda de espiritualidad, de pensamientos filosóficos y religiones orientales, la práctica de la dimensión espiritual del Kung Fu comenzó a tener más auge.

El Kung Fu llega a México aproximadamente en el año 1974 donde se realizaron exhibiciones en la Ciudad de México, y luego a las ciudades de Hawaii, San Francisco y Nueva York (Acevedo *et al.*, 2010). A partir de estos años se comienza un intercambio entre ambas culturas para seguir con la masificación del Kung Fu por el mundo.

Hoy en día en México se pueden encontrar distintos estilos de Kung Fu que son practicados por una variedad de escuelas. Algunas de ellas integran la Federación de Wushu de la República Mexicana, la Federación Mexicana de Wushu Kung Fu y otras que realizan sus prácticas de manera independiente sin afiliación a alguna federación. Algunas escuelas y asociaciones integrantes de las federaciones están integradas al Registro Único del Deporte que acredita cada año a personas, asociaciones, instalaciones, programas, convenios, etcétera, para implementar los recursos económicos que desarrollen la Cultura Física y el Deporte en México (Gobierno de México, s/f). Además, existen durante el año numerosos torneos, encuentros, selectivos y exhibiciones donde se presentan las distintas escuelas de Kung Fu en México, lo que proporciona un conocimiento, una práctica deportiva y recreativa, y una difusión del arte marcial. Asimismo, ambas federaciones trabajan junto con asociaciones de

distintos estados de México que las integran, y siguen los estatutos y reglamentos de la Federación Internacional de Wushu (Federación de Wushu de la República Mexicana, s/f). Con respecto a las personas que dirigen estas federaciones y asociaciones en México, no existe en el consejo ninguna mujer que ocupe un cargo directivo.

Para entender de mejor manera la posición de las mujeres en la práctica del Kung Fu, me parece importante recuperar a grandes rasgos el orden de género en el contexto mexicano. Para realizar esta revisión recurrí a estudios realizados desde diferentes perspectivas, donde este orden de género establece las posiciones de mujeres y hombres a partir de la dominación masculina que atraviesa todas las esferas sociales (Aguilar, 2018). En el contexto mexicano existe una heterogeneidad que lleva a la coexistencia de elementos asociados a rituales y creencias católicas en conjunto con la cultura indígena, que se nutre también de la educación formal actual, los medios de comunicación y la migración (Amuchástegui, 1998). Como señalan las autoras Amuchástegui, Aldaz, Cruz y Mejía (2012) uno de los lugares donde coexisten las exigencias del orden de género en el contexto mexicano en las mujeres, es el ámbito de la sexualidad. Es decir, existe un control de la sexualidad femenina “sobre todo a través del culto a la virginidad y los castigos a la infidelidad femenina” (Hernández y Parrini, 2012, p. 22), lo que lleva a las mujeres a establecer un comportamiento adecuado para la vida familiar. Los mismos autores Hernández y Parrini (2012), señalan la existencia de dos imágenes de mujeres, la primera refleja la feminidad basada en la ternura, la pureza y belleza espiritual; mientras que la otra se define por ser objeto de deseo del hombre a través de la seducción y el erotismo. Ambas imágenes basadas en un reconocimiento con respecto a la figura masculina. Si bien es cierto que, en esta investigación no analizo ni profundizo en la construcción de las masculinidades mexicanas, sí menciono que también son parte de la construcción del orden de género; y que las masculinidades mexicanas en su construcción llevan “diferencias regionales dadas las constantes transformaciones socioeconómicas y culturales que emergen a través de la historia local y regional” (Hernández, 2008, p. 241).

En un estudio realizado que daba a conocer las voces de mujeres mexicanas de distintas generaciones (Mendoza y Módena, 2001), en la generación que tenía entre 56 y 82 años se señala una sexualidad reprimida y silenciada, con ideas de suciedad. La siguiente generación (entre 29 y 49 años) indicaba haber tenido mayor información sobre sexualidad, pero con tendencias biologicistas. La tercera generación (entre 14 y 28 años) señalaba haber tenido

mayor acceso a la información mediante instituciones educativas y con orientación a una sexualidad orientada al placer y el uso de anticonceptivos. Carlos Monsiváis (2010) indica que las mujeres en México son “educadas para no ser nunca completamente adultas, pasan a la obsolescencia antes que los hombres” (p. 441), donde la maduración sexual de las mujeres ocurre de manera tardía por motivo cultural en vez de biológico, por lo que requieren de más tiempo para deshacerse de inhibiciones. Además, el mismo autor señala la existencia del sexismo en el contexto mexicano como una forma psicológica de minimizar por medio de creencias y tradiciones, “que alcanza su forma política más lograda en el patriarcado y su institución evidente en la familia tradicional” (2010, p. 441). A este orden de género en el contexto mexicano, agrego la construcción de una feminidad mexicana que pasa por el ordenamiento de los cuerpos, que los moldea de acuerdo a las ideas extraídas de los procesos civilizatorios provenientes de Europa (Tuñón, 2008). Según Julia Tuñón, algunas de las normas a seguir aplicadas en el siglo XIX en México y que se imponen en los cuerpos de las mujeres, se basan en leyes, en las artes plásticas y literarias, en el ámbito legal, etcétera, “y definen así un modelo de feminidad con el que se quiere controlar el tumultuoso mundo de la vida” (Tuñón, 2008, p. 11). Por lo tanto, a través de los discursos de la iglesia, el Estado y la escuela se define a las mujeres mexicanas por su sexo y capacidad de reproducción, pero a la vez, se les excluye de este conocimiento (Tuñón, 2008).

Este orden de género también se expresa en la ocupación, la utilización y la movilización de las mujeres en los diferentes espacios físicos en la ciudad; estos últimos se encuentran marcados por el género en relación a las ideas y representaciones de lo femenino y lo masculino en el contexto mexicano (Soto, 2012).³ El género y el discurso social marca la ruta del uso de los espacios, la distribución de los lugares y protagonismos (Murillo, 1996).

A raíz de esta revisión, pude constatar la existencia de un orden de género enmarcado en una represión de la sexualidad en las mujeres y en la creación de representaciones e imágenes femeninas asociadas a elementos religiosos y con base en la dominación masculina. En esta investigación me situó desde la existencia de este contexto mexicano y la comprensión de que las mujeres entrevistadas han sido criadas bajo ciertas ideas de feminidad y masculinidad arraigadas a este orden de género.

³ Cf. el apartado “Violencias, vida cotidiana y espacios” de este trabajo.

Como se evidencia en este apartado, no existe una claridad sobre las fechas en las que el Kung Fu se origina; sin embargo, existe un desarrollo, evolución y transformación del Kung Fu en las distintas épocas, hasta nuestros días. Es importante resaltar que la participación de las mujeres en el arte marcial se ha expresado a través de relatos y también de prácticas concretas, pero al comenzar una institucionalización del Kung Fu mediante políticas y programas deportivos, a las mujeres se les prohíbe la participación por ser mal visto para los varones directores de estos procesos. Esto coarta el desarrollo de las habilidades y libertades de las mujeres en estos espacios, viéndose disminuido el alcance y participación de ellas en el Kung Fu. Por otro lado, al llegar el Kung Fu a México se comienza un intercambio de culturas y también una regulación a través de las instituciones que permite un desarrollo y difusión del arte marcial desde distintas aristas (deportivas, recreativas, espirituales, etcétera), donde las mujeres participan y se desarrollan. Sin embargo, en relación a la ocupación de cargos direccionales en federaciones y asociaciones en México, no existe ninguna mujer que represente a alguna escuela y sea parte de consejos deportivos. En esta línea, retomo a Hortensia Moreno (2011) en su análisis entorno a lo deportivo, y señala que:

Toda institución deportiva está condicionada por la distribución inequitativa de poderes y saberes que se refleja en el acceso desigual a los puestos de toma de decisiones en la administración y el gobierno de los organismos, las asociaciones y los clubes (p. 77).

Es decir, actualmente con respecto a la dirección del Kung Fu de manera institucional a través de las asociaciones y federaciones, esta se construye como un mecanismo de exclusión que se expresa en la inexistencia de mujeres en cargos directivos en el Kung Fu en México. Además, la exclusión de las mujeres en estos espacios lleva a la manutención de un orden de género basado en la dominación masculina, que impide la toma de decisiones de manera oficial y representativa de las mujeres por medio de los cargos directivos.

Luego de realizar este recorrido, en esta investigación el Kung Fu se entenderá como un arte marcial que posee dimensiones espirituales, desarrollo de habilidades combativas y de la realización de rutinas deportivas y recreativas, que contienen además disciplinamiento corporal que se ejecuta mediante la práctica constante.

1.2. El cuerpo oriental y las artes marciales

En este apartado, revisaré algunos acercamientos a la noción de cuerpo desde la perspectiva oriental, a través de investigaciones recientes realizadas por distintos académicos/as desde Occidente.

Parte de las ideas que engloban la noción de cuerpo en Oriente es entenderlo como una unidad, donde existe una armonía con la mente y el espíritu, para lo cual es indispensable el trabajo meditativo en conjunto con los ejercicios físicos. Esta unidad, no tiene que ver solamente con el autocultivo del individuo, sino que también estar en concordancia con la comunidad y la naturaleza (Gómez, 2014). Por lo tanto, el realizar una práctica corporal que ha migrado desde Oriente a Occidente, trae consigo el trabajo de la percepción y los sentidos muy diferentes a los acostumbrados en Occidente. En este sentido, las prácticas corporales orientales invitan a “un reencuentro con el tacto, el olfato, el gusto, que implican la recuperación de otras formas de experimentar el mundo” (Aschieri y Puglisi, 2010, p. 142).

El cuerpo en las artes marciales orientales es una mezcla de concepciones provenientes de India, China y Japón. Estos países conciben el cuerpo de manera similar, al tratarlo como una unidad indisociable entre cuerpo, mente y espíritu, donde el cuerpo se fortalece y trabaja en ámbitos físicos, psicológicos, energéticos y espirituales (Gómez, 2014).

En el Kung Fu, la noción de cuerpo tiene que ver con el *chi*, un sistema de energía que circula por el cuerpo, y que debe estar en constante movimiento para evitar “estancamientos” de energía que puedan producir enfermedades. Al diferenciar dentro del Kung Fu en algunos estilos “duros” o “suaves”, se encuentran distintas formas de fluidez del *chi*. Es decir, por la realización de estilos suaves, se emplean movimientos lentos para que fluya la energía interna contenida y por los estilos de Kung Fu duros, se trabaja la proyección de la energía hacia el exterior a través del combate (Aguirre, 2013).

El cuerpo en el Kung Fu, tiene su concepción filosófica mediante la existencia del *Tao*. La filosofía del taoísmo que se le atribuye a Lao-Tse (siglo VI a.c.), indica que “cultivarse a sí mismo para poder mantener una buena condición de la salud cuidando esa energía vital [...] es el camino de la virtud” (Gómez, 2014, p. 659); para lo que se debe mantener un equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu. Dentro de esta filosofía se encuentra el principio del *Yin* y el *Yang*, el cual establece un equilibrio y armonía en el orden del mundo. El *Yin* y el *Yang* según Lee (2020) son opuestos y cambian constantemente para mantener la fluidez

de la energía. Para el mismo autor, lo básico del *Yin* y el *Yang* es que “no hay nada tan permanente que no cambie nunca” (Lee, 2020, p. 34) y este principio aplicado al/la practicante de Kung Fu, tiene que ver con el estar en armonía al momento de enfrentarse a un oponente, es decir, no realizar nada que no sea espontáneo ni forzado.

Con respecto a la aplicación de estos conocimientos filosóficos a la práctica del Kung Fu, se debe ser capaz de soltar la unidad del cuerpo y dejarlo reaccionar libremente, para lo cual se cultiva el principio de la no-mente (*wu-hsin*):

el practicante de kung fu debe mantener la calma y guardar silencio, y dominar el principio de la no-mente (*wu-hsin*). La no-mente no es una mente en blanco que excluya todas las emociones, ni es una calma y silencio mental. Aunque el silencio y la calma tienen su importancia, el principio de la no-mente consiste principalmente en la <<no-sujeción>> de la mente. La mente del practicante de kung fu funciona como un espejo: no aferra nada ni rechaza nada; recibe pero no se guarda nada (Lee, 2020, p. 37).

Esta no-mente se refiere a lograr ser un/una practicante de Kung Fu, que sus emociones y sentimientos no estén sujetos ni bloqueados, más bien haya una calma interna que permita reaccionar de manera fluida frente a un oponente, mediante la aplicación de los principios de fluidez del *chi* y del *Yin* y el *Yang*.

En la noción de cuerpo en el Kung Fu, aparte de trabajar todos los principios mencionados anteriormente —cuerpo, mente y espíritu como una unidad, principio de *Yin* y *Yang* y no mente (*wu -hsin*)— el/la practicante también se enfoca en la práctica del autocultivo. La idea de este último, es ir en la búsqueda de la esencia de lo humano a través de la experiencia, y alcanzar la sabiduría no solo con la reflexión teórica sino mediante la experiencia corporal. La práctica del autocultivo, plantea que el conocerse a sí mismo es esencial para cuidar la vida y también la sociedad y la naturaleza; lo que se realiza mediante el entrenamiento corporal y la meditación. Y como señala Gómez (2014), “esta indisolubilidad entre la mente, el cuerpo y el espíritu [...] contribuye a una mejor comprensión de la condición humana” (p. 666).

En este apartado, pude realizar un recorrido a grandes rasgos de la noción de cuerpo oriental que llega a Occidente, a través de las artes marciales y en específico del Kung Fu. En la práctica de las artes marciales provenientes de Asia en Occidente, hay un compartir de

concepciones corporales, culturas y formas de ver el mundo, que coexisten a través de la práctica.

La concepción de este *cuerpo oriental*, posee influencias de distintos países de Asia, pero se concuerda que el cuerpo es entendido como una unidad —cuerpo, mente y espíritu— que se trabaja mediante ejercicios físicos y meditativos. En el cuerpo en la práctica del Kung Fu, se aplican algunas de las ideas filosóficas del *Tao*, como el entender la circulación de energía a través del *chi* de cada persona. Este sistema de energía (*chi*) fluye de distintas maneras, lo que depende del tipo de práctica de Kung Fu que se realice, ya sea de tipo “dura” o “suave”; sin embargo, el objetivo es el mismo: mantener la fluidez de la energía para evitar enfermedades. Dentro de estas ideas filosóficas también está la del *Yin* y el *Yang*, energías opuestas en constante movimiento y complementarias para mantener el equilibrio y la unidad.

En estas ideas filosóficas y de entender el *cuerpo oriental*, la práctica del Kung Fu es un entrenamiento no solo físico y técnico, sino que a través de esta experiencia corporal se incita a la meditación, a la armonía individual y colectiva, a la comprensión de la naturaleza y a un estado equilibrado de salud con la ausencia de enfermedades y fluidez de energía. Este cuidado de la salud con una mantención de equilibrio corporal por medio de diferentes movimientos, tiene que ver con que “el principio no es ejercitar ni desarrollar demasiado el cuerpo, sino normalizar su funcionamiento” (Lee, 2020, p. 49).

La experiencia corporal de la práctica del Kung Fu en Occidente, va a depender de otros factores como el estilo que se practique, la escuela a la que se asiste, los/as maestras, el lugar, etcétera, como veremos en capítulos siguientes. Por lo que los ejercicios físicos y meditativos son distintos para cada persona.

Por último, estas prácticas orientales que llegan a Occidente y traen esta manera de concebir el cuerpo y el mundo, fue aprovechada de una forma comercial durante los años 60’ en Occidente. A través del cine y la televisión, se contribuyó a la creación de un imaginario sobre el cuerpo oriental, lo que motivó a la apertura de centros de terapia, escuelas de artes marciales, etcétera (Fuentes, 2016). Esta época será abordada con más detalle en el apartado de “Kung Fu como objeto de consumo”.

1.3. Estilos de Kung Fu presentes en esta investigación

En este apartado, reviso los diferentes estilos de Kung Fu presentes en el cuerpo de las mujeres practicantes participantes de esta investigación, los cuales se diferencian en tipos de movimientos, técnicas y objetivos.

Uno de estos estilos practicados por una de las mujeres participantes es el *Shaolin Kung Fu*. Este estilo posee una antigüedad que se remonta a más de 1.500 años en los templos de Shaolin, y su práctica ha sido transmitida a través de la enseñanza de varias generaciones, que incluyen un entrenamiento de numerosas formas⁴ que varían según el grado de el/la estudiante. Durante el entrenamiento se enfatiza en la expresión de la intención en la realización de la forma, es decir, la concentración de emociones que se requieran ya sea agresiva, suave, con fortaleza, etcétera.

Esta práctica de Shaolin se caracteriza por mantener posturas estables, por realizar movimientos rápidos y dinámicos, por trabajar la flexibilidad del cuerpo, por realizar acrobacias y saltos, y trabajar la expresión al momento de ejecutar las formas. Si bien es cierto que, es una práctica que se trabaja de manera individual, los entrenamientos son colectivos y se avanza a la par con el grupo, donde se establecen relaciones de compañerismo y aprendizaje. Además, dentro de los entrenamientos se trabaja el combate y aplicaciones para la lucha de forma rápida y sencilla. La práctica no solamente trabaja técnicas físicas, sino que también la disciplina, el autocontrol y la espiritualidad, esta última va a variar de acuerdo a los principios que tenga la escuela.⁵

Otro de los estilos practicados por una de las mujeres participantes de esta investigación es el *Jip-Do Kung Fu*, que la palabra en su traducción al español significa “Estilo de la familia Pao”. Este sistema se desarrolló durante los años 1970 y 1980 en China y América Latina, basado en conocimientos ancestrales de la familia Pao. Este estilo consiste en “mezclar la fuerza del tigre con la agilidad del leopardo y la certeza del águila” (Fraternidad Internacional de Artes Marciales de China Delegación México, s/f) a través de la práctica del combate. El

⁴ Al usar este concepto en el Kung Fu, se refiere a las distintas secuencias de movimientos que en algunos casos expresan animales (tigre, águila, dragón, grulla, serpiente, mono, mantis, entre otras) o secuencias de movimientos establecidas que no necesariamente expresan animales. Estas formas dependen del estilo de Kung Fu que se practique.

⁵ Información obtenida desde <https://learn-shaolinkungfu.com/es/>

Jip-Do en México es relativamente nuevo ya que posee menos de 100 años, y actualmente se desarrolla en distintas escuelas en el territorio nacional.

Por último, el siguiente estilo practicado por una de las mujeres participantes de esta investigación es el *Wushu Kung Fu*. Este estilo posee diferentes técnicas y movimientos que se realizan a mano vacía y/o con la utilización de armas, mediante distintas formas adecuadas para el grado que se esté cursando. Esta disciplina está institucionalizada y a nivel mundial es clasificada como deporte, por lo que constantemente existen competencias y eventos donde se exhiben las habilidades técnicas a través del combate o en la realización de formas.⁶ Hoy en día esta práctica es considerada como un deporte gimnástico y acrobático, que también tiene una división que trabaja el combate deportivo en competencias a nivel mundial (Fraternidad Internacional de Artes Marciales de China Delegación México, s/f).

Si bien es cierto que, estos estilos de Kung Fu se diferencian entre ellos, son artes marciales provenientes de distintas épocas y regiones de China. Con respecto a la espiritualidad, reflexión, meditación, profundidad filosófica, etcétera; va a depender de la escuela y del tipo de cultivo espiritual que se realice en ella (Acevedo *et al.*, 2010).

En este apartado revisé los estilos de Kung Fu que practican las mujeres participantes de esta investigación. La existencia de las diferentes definiciones de cada estilo son a nivel general, ya que es posible que en la práctica haya distinciones en el modo de realizar tipos de formas, posturas, técnicas, movimientos, etcétera.

1.4. Kung Fu como objeto de consumo

A continuación, en este apartado reviso una de las maneras en las que el Kung Fu se difundió, y empezó a transformarse a la vez en un objeto de consumo, por medio del cine y las series de televisión. En específico me enfocaré en la época de 1960 en adelante, cuando el movimiento New Age tuvo su auge.

Como señalan Acevedo *et al.*, (2010) el interés por el *lejano Oriente*, de parte de los/las occidentales ocurrió mucho tiempo antes de la década de los 60', donde este lugar oriental era una tierra idealizada, anhelada y fantaseada. Con el pasar del tiempo, las imágenes de la práctica de las artes marciales mediante las obras de teatro, los circos, etcétera, se presentaban

⁶ Información obtenida desde <https://www.maestrosdelcombate.com/otras-artes-marciales/wushu/>

como unos sistemas de combate eficaces y místicos. Así, por ejemplo, se mostraba el jujutsu, un arte marcial japonesa originada por los samurais, y que a través de la práctica y los conocimientos científicos del cuerpo humano, daba como resultado “un arte que permitía que el débil derrotase al fuerte con un mínimo gasto de energía” (Acevedo *et al.*, 2010, p. 209). Lo que también generó un gran interés y curiosidad por las artes marciales asiáticas.

Las artes marciales se trasladaron a Occidente desde el Oriente, a través de la migración y posterior intercambio entre culturas. Otra de las maneras en las que estas artes se empezaron a difundir mayormente, fue a través de los medios audiovisuales. De esta forma, se comenzó a crear un imaginario social, entendido este último como:

figuras interpretativas de nuestro entorno que le otorgan plausibilidad a una determinada interpretación de <<la realidad social>>, en la medida en que dicha interpretación -en sus grandes rasgos- es socialmente compartida (Baeza, 2008, p. 105).

Lo cual se asocia al/la practicante de artes marciales, envolviéndolo/a en una construcción virtuosa, respetuosa de valores, solitaria y sabia (Zheyi, 2014). Si bien es cierto que no ahondaré en los significados del imaginario social del/a practicante de artes marciales, sí señalo que este imaginario es tanto para hombres como mujeres, que se alimenta con las representaciones del cine y la televisión.

A partir de 1960, en el auge del movimiento New Age con la búsqueda de espiritualidad, las artes marciales chinas cobraron gran interés para las industrias del cine, industrias que vieron en la práctica del Kung Fu un elemento atractivo, exótico y misterioso, para una audiencia que buscaba consumir todo lo asociado a Oriente (Acevedo *et al.*, 2010). Durante esta época, en 1966 con la serie de televisión “The Green Hornet” aparece en las pantallas norteamericanas el actor y artista marcial Bruce Lee, quien expandió los conocimientos de la filosofía y la práctica del Kung Fu en Occidente a través del cine y de su práctica marcial (Zheyi, 2014). En el mismo año, pero en Hong Kong aparece la película “Come Drink with Me” representada por la actriz Cheng Pei-Pei, donde protagoniza a una mujer oficial del gobernador que va en búsqueda de su hermano secuestrado, por lo que debe pelear con sus espadas contra los asaltantes. La aparición de mujeres expertas en artes marciales en esa época se puede ver en otra película como “A Touch of Zen (1971)”. La manera en la que se muestra a una mujer practicante de Kung Fu en las películas mencionadas anteriormente es distinta a la de los varones, sin embargo; existen algunas similitudes como el representar a

una persona segura, calmada y con habilidades espectaculares para el uso de las armas. Específicamente durante esa época el director King Hu de las películas “Come Drink with Me (1966)”, y “A Touch of Zen (1971)” trabaja con mujeres protagonistas expertas en el uso de las espadas (Zheyi, 2014).

Entre los años 1972-1975 en Estados Unidos apareció la serie “Kung Fu”, protagonizada por el actor David Carraine, que tuvo gran éxito en esa época. Los encargados de escribir la serie, señalan haber extraído información del confucionismo, budismo, antiguo y nuevo testamento, para representar la amabilidad, paz, espiritualidad y sabiduría asociada a la práctica de Kung Fu (Acevedo *et al.*, 2010).

Esta aparición de Kung Fu en la gran pantalla, fue aprovechada para difundir las artes y además expandir un mercado para ellas en Occidente. De esta forma, comenzaron a surgir en mayor número las escuelas dedicadas a la transmisión de diferentes estilos de Kung Fu. Es así como el Kung Fu se transforma en las distintas sociedades de Occidente, integrándose a través de los deportes, las actividades físicas recreativas y su institucionalización mediante federaciones y asociaciones (Ko, 2002).

Durante este proceso de modernización del Kung Fu impulsado por el auge del cine y la televisión, aceleró el proceso de transformación de Oriente a Occidente, donde se crearon nuevas formas de organización, aumentó el número de exhibiciones para fomentar el atractivo, y se crearon métodos más didácticos para promover la práctica en Occidente (Filipiak, 2010). Actualmente existen variadas películas, series de televisión, videojuegos, etcétera, que fomentan el imaginario social de la persona practicante de Kung Fu, y como señalan Acevedo *et al.*, (2010), tienden a la “deformación y la hipérbole” (p. 204), que mantiene un personaje virtuoso, honesto, fiel a sus principios, gran peleador/a que cultiva su cuerpo y espíritu a través del entrenamiento constante e intenso. A pesar de algunas excepciones, el cine de artes marciales se estableció con un protagonista masculino, que simbolizaba lo caballeresco y una ética confuciana (Acevedo *et al.*, 2010).

Por lo tanto, luego de que las artes marciales ingresaron a Occidente de distintas formas, a partir de la década de 1960 empieza un proceso de transformación hacia un objeto de consumo, pero que mantiene ciertas características asociadas a lo oriental. En específico el Kung Fu llama la atención por las películas y series en donde aparecen actores y actrices que realizan movimientos casi imposibles, que se logran mediante un entrenamiento de años.

Como parte de este proceso de transformación, se agrega la espectacularización en la realización de los movimientos corporales con o sin armas, para aumentar el atractivo hacia la audiencia. En las películas, también llama la atención las escenas de combate rápidas, la lucha del bien y el mal, los vestuarios, etcétera (Acevedo *et al.*, 2010).

En este apartado revisé una de las formas en las que el Kung Fu comienza a tener más popularidad en Occidente, mediante su transformación como objeto de consumo en el cine y la televisión. Con la ayuda de estos medios audiovisuales, se crea un imaginario social que se asocia al/la practicante de artes marciales, que se caracteriza principalmente por ser una persona solitaria, sabia, honesta, que cultiva su cuerpo y espíritu a través del entrenamiento intenso y la meditación. Si bien es cierto que, no ahondo en la profundidad de la creación de este imaginario, si queda pendiente para futuras investigaciones el indagar en la participación de las mujeres actrices en las diferentes películas de Kung Fu.

Durante este proceso de transformación del Kung Fu en un objeto de consumo a través del cine, se creó una imagen sobre el significado de la práctica en sí y también de las personas que lo practican. El cine y la televisión son elementos importantes que pasan a construir una representación con ciertos rasgos atractivos del Kung Fu, para mercantilizar las películas y las series, y el mercado de escuelas de artes marciales en Occidente. En la actualidad, el producto de las artes marciales ha ido en aumento, debido a que también como parte de los programas se comenzaron a ofrecer cursos compactos de defensa personal para mujeres, lo que amplió el mercado (Thompson, 2014). La participación de mujeres en el cine de Kung Fu, es en menor cantidad que los varones; sin embargo, la aparición de ellas como practicantes expertas en artes marciales ocurrió en la misma época (pero en distinto continente), que el comienzo de la carrera de Bruce Lee en Estados Unidos (Acevedo *et al.*, 2010). Se puede evidenciar, el alcance masivo que obtuvo el Kung Fu a través del cine y la televisión, y el impacto en el mercado occidental que como se verá en capítulos siguientes, está atravesado por el género.

A modo de conclusión en este capítulo, pude contextualizar de manera general la práctica del Kung Fu en Occidente. En un primer momento revisé la forma en la que las artes marciales surgen y se conservan a través de la guerra, además de cómo las artes marciales comienzan a expandirse por el mundo mediante la migración, para luego revisar la forma en la que se transformaron en una práctica posible de ser realizada por toda la población. Sin

embargo, cuando se comienzan a realizar exámenes para elegir a las personas encargadas de la transmisión del Kung Fu en China, en 1934 se eliminó a las mujeres de su participación, por ser mal visto para los directores. De esta forma, poco a poco se coarta el espacio de práctica de Kung Fu para las mujeres y comienza a ser una práctica dirigida por y para varones. A México el Kung Fu llega en el año 1974 como parte de la política de masificación de esta práctica, lo que produce la formación de diferentes federaciones con asociaciones afiliadas hasta el día de hoy; sin embargo, actualmente no existe ninguna mujer que ocupe parte de estos cargos directivos, lo que expresa también una limitación y acceso a la toma de decisiones. El orden de género en el contexto mexicano expresa representaciones de las mujeres en relación a la represión de la sexualidad y también por medio de ideas que se enmarcan a partir de la figura masculina, lo que lleva en este caso a una ausencia de mujeres en cargos directivos del Kung Fu.

En este camino de las artes marciales desde Oriente a Occidente, no solamente existe un intercambio de conocimiento en el área de la práctica física, sino que también estas artes marciales traen consigo otra concepción del cuerpo. En un segundo momento, revisé esta noción de *cuerpo oriental*, que concibe al cuerpo como una armonía —entre mente, cuerpo y espíritu— que se trabaja mediante ejercicios físicos y también meditativos durante la práctica de artes marciales. Específicamente el cuerpo en el Kung Fu, está asociado a la filosofía del *Tao* —donde a través del autocultivo se llega al camino de la virtud—, la cual utiliza conceptos como el *chi* —que se ocupa de la fluidez de la energía en el cuerpo, para evitar enfermedades—, el *yin* y *yang* —energías opuestas pero complementarias para establecer el equilibrio—, y la no-mente (*wu-hsin*) —que permite que la persona practicante de Kung Fu no sujete su mente, sino más bien la deje libre y sin bloqueos para reaccionar ante un oponente. En estas ideas, el cuerpo se cultiva en distintos aspectos para conocerse a sí mismo, y de esta forma establecer una armonía en su interior y también en relación con la sociedad y la naturaleza, para ir hacia una comprensión de la condición humana y tener un buen estado de salud. Debo admitir, que no puedo afirmar que estas concepciones sean ciertas en su totalidad, pero sí aceptar la existencia de que el traspaso de las artes marciales de Oriente a Occidente, traen consigo otras formas de ver y concebir el mundo, así como también otro tipo de experiencia corporal a través de la práctica de las artes marciales orientales.

En un tercer momento, revisé los distintos estilos de Kung Fu presentes en esta investigación, a través de las mujeres practicantes que tienen más de ocho años de trayectoria en su arte marcial de manera constante. Todos los estilos revisados de manera general — *Shaolin*, *Jip-Do* y *Wushu*—, poseen diferencias entre ellos con respecto al origen, los tipos de movimientos, las técnicas, las formas, tipos de meditación, filosofías, etcétera. La práctica de estos estilos también depende de los principios que tenga cada escuela, lo que lleva a la existencia de diferencias incluso dentro de un mismo estilo de Kung Fu.

En un último momento, luego de hacer un recorrido por el origen, la concepción del cuerpo oriental, y los diferentes estilos de Kung Fu presentes en esta investigación de las mujeres practicantes, revisé el Kung Fu como un objeto de consumo. A partir de la década de los 60' producto del auge del movimiento New Age, temas como la filosofía y la espiritualidad oriental comenzaron a llamar la atención, lo que supo ser aprovechado por el ámbito comercial a través de la producción de películas y series de Kung Fu. La participación de mujeres en estas películas ocurrió en Hong Kong, al mismo momento que el lanzamiento a las pantallas norteamericanas del famoso actor y artista marcial Bruce Lee. De esta manera, se crea un imaginario social del/la practicante de Kung Fu, basado en ideas del cuerpo oriental y con la exageración de otros rasgos como la espectacularización a través de movimientos fantásticos. Esto produjo un mayor conocimiento del Kung Fu en la sociedad occidental y el posterior crecimiento de la apertura de escuelas de artes marciales en Occidente.

Capítulo II. Teoría

En este capítulo se encuentran los apartados de “Estudios del Kung Fu y género” —donde reviso algunas investigaciones recientes que han estudiado el Kung Fu desde distintas perspectivas—; “Potencialidad de las artes marciales, reconfiguración subjetiva y corporal” —se amplía la búsqueda de investigaciones que consideran la participación de mujeres en otras artes marciales—; “Cuerpo y teoría de género” —se establecen las bases teóricas sobre las que se realiza esta investigación—; “Conceptos que guían la investigación” —donde se detallan los conceptos de *procesos subjetivos*, *procesos de configuración corporal* y *contexto de práctica* que guían esta investigación.

2.1. Estudios del Kung Fu y género

A continuación, presento algunas investigaciones recientes encontradas en idioma español e inglés que han estudiado el Kung Fu desde análisis empíricos y revisiones bibliográficas. Algunos de los países donde fueron realizados los estudios son: Chile, Colombia e Italia.

En el trabajo de los autores Boscolo del Vecchio y Vasconcelos (2021) —quienes realizaron una investigación cuantitativa para analizar a 55 mujeres de 31 países a través de videos en cámara lenta de los campeonatos mundiales de Wushu Kung Fu— se destaca que la participación de las mujeres ha aumentado en los últimos 20 años, pero en comparación con los hombres, esta es menor, y pueden existir diferencias fisiológicas y de esfuerzos en las distintas categorías de peso en las competencias, en las cuales se señala que hay once categorías para hombres y siete para mujeres. En esta investigación revisada, a pesar de nombrar la existencia de diferencias no existe un análisis más profundo que revise este desequilibrio.

En otra investigación de tipo cuantitativo realizada por Monacis y Sinatra (2015), en la que participaron 366 hombres y 41 mujeres, se analizan los factores motivacionales relacionados con la agresividad en las artes marciales que como resultado indica que los adolescentes eran los más agresivos, posiblemente relacionado con la menor capacidad para controlar la ira. En el caso de los adultos de 19 a 30 años, estos muestran mucha competitividad y el deseo de ganar incluso utilizando estrategias poco aceptadas. Las personas mayores a 31 años, tienden a comportarse de acuerdo a sus patrones morales. Con respecto a que la cantidad de mujeres es menor que la de los hombres se señala;

Este límite es intrínseco en el tipo de deporte (en prevalencia masculino) y la falta de diferencias motivacionales por sexo podría ser debido a este desequilibrio (Monacis y Sinatra, 2015, p. 167).

La diferencia de participación de hombres y mujeres en esta investigación revisada, no es analizada sino más bien aceptada como un sesgo del estudio realizado.

En otra investigación de Guzmán (2020) sobre las motivaciones para la práctica de artes marciales en Wushu Kung Fu —donde utiliza un análisis cualitativo-descriptivo a 60 estudiantes nivel infantil y juvenil en una academia en Colombia—, realiza una comparación de enseñanza entre las artes marciales y la educación formal. A pesar de explicar las diferentes razones por las cuales las personas se inscriben en la academia, no existe un análisis de género, tampoco se da a conocer la cantidad de niñas y/o mujeres que integran la academia, menos aún las motivaciones existentes para ellas en la práctica del Wushu Kung Fu. Esto indica una clara invisibilidad de las niñas y mujeres respecto a la práctica de Wushu en esta academia en Colombia. Otro estudio de Cepeda y Torres (2016) —de tipo cuantitativo con enfoque médico realizada en Chile con adolescentes practicantes de Kung Fu— tenía como objetivo determinar cuál factor antropométrico posee más influencia en el porcentaje de altura del centro de masa, donde participaron 13 mujeres y 48 varones. Dentro de sus resultados se destaca que, a mayor estatura, mayor estabilidad corporal y menos tendencia a caer durante el combate. Con respecto a la participación de mujeres y hombres en la investigación, no existe un análisis sobre ello.

En las investigaciones antes revisadas se presenta la forma en que se ha estudiado el Kung Fu desde distintas perspectivas, y si bien es cierto que, en estas investigaciones se encuentra el nombramiento de la existencia de diferencias entre hombres y mujeres, no hay un análisis en profundidad sobre las razones que pueden causar este desequilibrio. Con esto me refiero a las diferencias en participación en competencias y también en la cantidad de mujeres que practican un arte marcial, que como señalan Monacis y Sinatra (2015) esta diferencia es hasta ocho veces mayor. Además, en las investigaciones revisadas no se encontraron hallazgos que presenten posibles cambios a nivel cognitivo y físico que sean motivados por la práctica de Kung Fu, ni tampoco sobre las relaciones que ocurren dentro de los grupos de práctica y en los distintos espacios que frecuentan los y las practicantes. Esto genera un gran vacío en lo que respecta a la práctica de artes marciales y el Kung Fu en

mujeres, y marca la necesidad de la realización de un análisis feminista que aborde distintas perspectivas.

2.2. Potencialidad de las artes marciales, reconfiguración subjetiva y corporal

A continuación, en este apartado se presentan investigaciones relacionadas con las mujeres y otras artes marciales en general, para ampliar el espectro de búsqueda de participación de mujeres en esta área, y conocer las perspectivas desde donde se ha abordado el tema. En estas investigaciones se señala la existencia de un potencial de las artes marciales para transformar lo subjetivo y lo corporal en las personas mediante la práctica constante. En un primer momento se acudió a buscar estudios en idioma español, sin embargo, las más adecuadas para mi investigación se encontraron en idioma inglés y realizadas en lugares como: Reino Unido, América del Norte, Estados Unidos, Israel e Inglaterra.

Una revisión bibliográfica realizada por Channon y Jennings (2014) pudo sintetizar algunos puntos importantes de la práctica de artes marciales en mujeres. Ya entre los años 1990 y 2000, algunos estudios realizados principalmente en América del Norte señalaban la importancia del entrenamiento de defensa personal en mujeres, en el cual existe la posibilidad de subvertir los mandatos de género encarnados a partir de la práctica de artes marciales, las cuales llevan a un empoderamiento físico y mental en mujeres (Guthrie, 1995). Además, como señala McCaughey (1998) el entrenamiento de defensa personal es capaz de reconstruir el yo de género que rechaza ideas de debilidad femenina y violabilidad, que luego llevan a encarnar una nueva feminidad. Estos cambios no siempre están totalmente garantizados, debido a que en algunas academias de artes marciales las jerarquías sexuales y los roles asignados a cada género se mantienen. Finalmente, en esta revisión de Channon y Jennings (2014) se plantea la potencialidad de la experiencia del entrenamiento mixto en las artes marciales, ya que este presenta la posibilidad de transformar las subjetividades de género en hombres y mujeres. Sin embargo, los autores señalan que:

El sentido de caballerosidad de los hombres a menudo hacía que golpear o tocar a las mujeres en el entrenamiento fuera problemático, obstaculizando el potencial transformador de varias disciplinas de artes marciales y deportes de combate (Channon y Jennings, 2014, p. 6).

A pesar de la aceptación de la potencialidad de transformación de mandatos de género en hombres y mujeres en espacios de artes marciales, las exigencias de género inculcadas obstaculizan estas transformaciones. El “*hacer género*” (West y Zimmerman, 1990) incorporado a temprana edad a hombres y mujeres mediante el cuerpo y su construcción de masculinidad y feminidad, impiden una fluidez al momento del entrenamiento mixto, lo que genera tensiones respecto a creencias e ideas.

En otra investigación etnográfica de Justen Hamilton (2022) realizada con entrevistas semi-estructuradas a 40 mujeres atletas de artes marciales mixtas, señala que es posible desafiar mandatos de género al dar a conocer la capacidad de las mujeres para la violencia física y la dominación, lo que las lleva a que el entrenamiento sea una experiencia transformadora. En la investigación se enfatiza que el discurso neoliberal y postfeminista debilita esta narrativa de fortaleza en las mujeres; por ejemplo, en lugares donde se utilizan lemas como “Fuerte es el nuevo sexy” o “No seas una perra que no haga nada” para llegar a más mujeres, pueden ser lemas contrahegemónicos para los cuerpos y la subjetividad, por una visión patriarcal basada en el liberalismo y la meritocracia (Gill, 2007).

En este sentido Hamilton (2022) señala que a pesar de que las atletas adquieren capacidades físicas que les permiten defenderse contra la violencia, la falta de una conciencia feminista hace que sean “incapaces de desafiar los guiones patriarcales de vulnerabilidad femenina y superioridad masculina” (p. 670). La autora propone que para que las artes marciales y deportes de combate sean potencialmente transformadores para las mujeres, se requiere la implementación de pedagogías feministas,

descolonización de las lógicas capitalistas, heteropatriarcales y supremacistas blancas y un reconocimiento de que la opresión de las mujeres ha sido un proyecto fundamentalmente social (Hamilton, 2022, p. 673).

Mediante la utilización de pedagogías feministas, un reconocimiento de la opresión de las mujeres y el entendimiento del discurso neoliberal de empoderamiento como un obstáculo; las artes marciales y deportes de combate para esta autora, podrían ofrecer un desarrollo potencial transformador y ser espacios de reconfiguración subjetiva y corporal para las mujeres.

Por otro lado, los autores Channon y Phipps (2017) que realizaron 13 entrevistas semi-estructuradas a mujeres con una trayectoria de más de tres años en diferentes artes marciales

—kickboxing,⁷ muay thai,⁸ karate,⁹ taekwondo,¹⁰ artes marciales mixtas,¹¹— y 14 entrevistas semi-estructuradas a luchadoras profesionales de muay thai en el Reino Unido, señalan que estos espacios de artes marciales posibilitan desafíos a los discursos sociales de superioridad masculina, porque la capacidad de lucha femenina y su cuerpo listo para el combate “desestabilizan las normas de género patriarcales y la subordinación simbólica concurrente de las mujeres a los hombres” (Channon y Phipps, 2017, p. 25). Dentro de los hallazgos, los autores señalan que las entrevistadas no querían deshacerse o sacrificar la feminidad para convertirse en luchadoras, lo que las lleva a articular distintas formas de feminidad que podían cumplir las demandas de la participación en artes marciales y deportes de combate, incluso ellas criticaron algunos comportamientos de feminidad en los espacios de entrenamiento. Las entrevistadas sugirieron que mantener una apariencia femenina en estos espacios, llevó al acercamiento de mujeres para unirse a los clubes y desterrar estereotipos de que las artes marciales son solo para hombres. Y por último Channon y Phipps (2017) señalan que las artes marciales y deportes de combate tienen “el potencial de desafiar las creencias sexistas sobre las capacidades de las mujeres y desestabilizar construcciones jerárquicas” (p. 32).

Es decir, a raíz de la investigación realizada por Channon y Phipps (2017), se entiende una posible subversión de los mandatos de género en hombres y mujeres por las tensiones que implica la representación de lo masculino y lo femenino. Estos hallazgos aportan cuestionamientos a mi investigación, con respecto a la construcción de la *feminidad* en el Kung fu.¹²

Otra investigación revisada de Fortune, Mierzwinski y Velija (2012) —de tipo cualitativo realizado a 11 mujeres practicantes de artes marciales en clubes mixtos, en el noreste de Inglaterra— reconoce que la participación de mujeres en las artes marciales tiene

⁷ Deporte de combate que utiliza elementos del Muay Thai, Boxeo Occidental y Karate (Información obtenida desde <https://www.euston96.com/kickboxing/>)

⁸ Deporte de combate extremo, llamado Boxeo Tailandés (Información obtenida desde <https://www.euston96.com/muay-thai/>)

⁹ Arte marcial y deporte de origen japonés (Información obtenida desde <https://www.euston96.com/karate/>)

¹⁰ Arte marcial y deporte de origen coreano (Información obtenida desde <https://www.euston96.com/karate/>)

¹¹ Deporte de contacto que utiliza elementos de artes marciales y deportes como Karate, Judo, Muay Thai, Jiu Jitsu, entre otros. (Información obtenida desde <https://www.euston96.com/karate/>)

¹² Cf. el “capítulo V de Feminidad y Kung Fu” de este trabajo.

un potencial transformador, dado que desafía la encarnación¹³ de género y la *feminidad* a medida que adquieren fuerza física y habilidades para el combate. Además, se enfatiza en esta investigación revisada, la importancia de incorporar formas físicas que puedan fortalecer a las mujeres, pero que se acompañe de un cuestionamiento a los mandatos de género que posicionan a las mujeres en un lugar de debilidad (McCaughey, 1997). Las entrevistadas destacan que la encarnación de una nueva forma física les permitió rechazar la narrativa de mujer víctima y redescubrir fuerza de carácter, con un desarrollo de la fuerza física y mental otorgadas por las artes marciales. Según Fortune *et al.* (2012) el fortalecerse a través de la fuerza física les permitió a las mujeres mejorar su autoestima, y establecer soluciones a otros problemas en sus vidas. Sin embargo, el encarnar una nueva forma física no está acompañado necesariamente de un cuestionamiento o rechazo a los mandatos de género de feminidad, por ejemplo:

La necesidad de disculparse se entiende como ‘automática’ y para superar esto las mujeres necesitan volver a entrenar y rechazar su respuesta, aprender a aceptar que ser físicamente dominante sobre los demás es parte del deporte, y esto es más difícil para algunas mujeres que para otras (Fortune *et al.*, 2012, p. 533).

Los mandatos de género encarnados por las mujeres empiezan a tensionarse a medida que se avanza en el entrenamiento de artes marciales, lo cual se desarrolla a distinto nivel en cada mujer. Los autores también señalan que la encarnación de género no es fija y por lo tanto el comportamiento corporal puede alterarse mediante prácticas que desafíen conceptos como la debilidad femenina.

En otra investigación cualitativa de Noel HarmoniJoie (2009) realizada mediante entrevistas semi-estructuradas a seis mujeres y siete hombres practicantes de artes marciales en Midwestern en Estados Unidos, tenía como objetivo principal saber cómo las percepciones de las y los practicantes de artes marciales sobre la seguridad de las mujeres, se encuentran influenciadas mediante mensajes culturales y por su entrenamiento en artes marciales. La autora señala que las artes marciales poseen un recurso potencial para deshacer relaciones desiguales de poder entre mujeres y hombres, y de transformación ya que desafían la representación de masculinidad y feminidad. Asimismo, posibilitan cambios en las imágenes

¹³ Concepto utilizado en este apartado como traducción de la palabra *embodiment*.

normativas de los cuerpos de las mujeres y su seguridad. Dentro de los hallazgos se reconoce entre las y los entrevistados que las mujeres son vistas como débiles y que tienen más probabilidad de ser atacadas; sin embargo, también destacan que el entrenamiento en artes marciales puede desafiar estereotipos de debilidad y vulnerabilidad de las mujeres frente a la violencia. La mayoría de las entrevistadas señalaron que las habilidades físicas aprendidas durante sus entrenamientos las dotaron de mayor seguridad con respecto a su capacidad de defenderse ante un ataque; por lo cual,

el entrenamiento en artes marciales es una vía para desafiar los mensajes sociales de que las mujeres son vulnerables al crimen porque no pueden defenderse (HarmoniJoie, 2009, p. 33).

Este artículo nos plantea la hipótesis de que, el entrenamiento en artes marciales puede afectar la manera en que las mujeres ven sus propios cuerpos, y también sus capacidades de defenderse frente a un ataque a través del aumento de la confianza. Y por otro lado se señala que, como resultado de la realización de un entrenamiento mixto, los y las entrevistadas vieron menos desigualdad entre mujeres y hombres con relación en la capacidad de defenderse, pero aún existen percepciones de debilidad y vulnerabilidad de las mujeres en general (HarmoniJoie, 2009).

Giovanna Follo (2012) quien realizó una revisión de literatura con el objetivo principal de examinar a la practicante femenina de artes marciales en una sociedad marcada por el género, señala que es la sociedad la que designa aquellos deportes que son adecuados para mujeres y para hombres, donde los deportes de contacto, las artes marciales, el rugby, son percibidos como lugar de producción de la masculinidad hegemónica. Es en las artes marciales donde se cuestiona por ejemplo el papel protector de los varones, y se crea un desafío a la norma de hombre protector y mujer víctima, lo que permite a las mujeres ser su propia protectora (Follo 2012). A esto podemos agregar la creación del mito de la fragilidad presentada por Dowling (2000), donde las mujeres son socializadas en la debilidad, incapacidad e incompetencia para que exista un control social; sin embargo, la practicante de artes marciales se confronta ante este mito y lo desafía. Pero como señala Follo (2012), la practicante de artes marciales se encuentra ante una paradoja femenina por el hecho de cuestionar y ser sometida a normas de género. Esta paradoja implica por un lado el desafío a las normas internalizadas, pero por el otro demostrar su feminidad, que la lleva a ser

examinada y a establecer un equilibrio entre ser femenina y no demasiado masculina; para que la sociedad marcada por el género le permita la participación en espacios dominados por hombres. Finalmente, la misma autora plantea que las practicantes de artes marciales desafían la feminidad y la masculinidad hegemónica, donde ellas logran aprender a cuidarse y convertirse en sus propias protectoras.

La siguiente investigación de Maya Maor (2018) analiza entrevistas en profundidad de mujeres y hombres practicantes de artes marciales en Israel y Estados Unidos. Los objetivos de la investigación, por un lado, corresponden a analizar las condiciones estructurales que hacen de las artes marciales un lugar propicio para la apropiación subversiva de género y, por otro, analizar dos mecanismos de apropiación subversiva en espacios de artes marciales: (1) las mujeres que adoptan identidades que no se centran en la sexualidad y (2) la apropiación de actuaciones femeninas por parte de los hombres. La autora Maor (2018) señala que se acepta que las artes marciales tengan el potencial de desafiar roles y jerarquías de género, pero entre las/os académicas/os no hay un acuerdo en cómo realmente la práctica de artes marciales en las mujeres, lleva a una fortaleza y a un cambio social.

Parte de los hallazgos de esta investigación tiene que ver con el entrenamiento mixto, un lugar que según Maor (2018) puede ser terreno fértil para que las relaciones entre mujeres y hombres desafíen los mandatos de género más comunes, como por ejemplo los basados en la existencia de una relación desigual de poder en lo sexual, lo parental y lo médico. En concordancia con los autores Channon y Phipps (2017), Maor (2018) también destaca que las actuaciones de feminidad utilizadas de manera estratégica en el campo de las artes marciales pueden ser subversivas, y que no necesariamente tienen que ser disminuidas, sino más bien experimentar y combinar con actuaciones de masculinidad, lo que produce identidades de género que no se basan en una dicotomía hombre/mujer (Quinney, 2015). Por otro lado, con respecto al aprendizaje dentro de las artes marciales, es necesario destacar que este lleva consigo momentos de frustración e incapacidad para realizar algunas técnicas motoras básicas, por lo que:

En muchos sentidos, la resocialización de género para las mujeres en las artes marciales es como su socialización original como bebés. Los sentimientos de impotencia y el esfuerzo por aprender a participar anclan a la nueva aprendiz con toda su fuerza en su cuerpo (Maor, 2018, p. 40).

Como enfatiza la autora, la aparición de distintas emociones durante la práctica de artes marciales en mujeres puede ser transformadora como adulta, ya que, al permitir los cambios en la encarnación de género, se dejan de emitir juicios dolorosos y culpas contra sí misma.

Las investigaciones revisadas coinciden todas en que la práctica de las artes marciales en mujeres tiene un potencial importante en la subversión de mandatos de género, sin embargo, no existe acuerdo en la manera en la que se debe realizar la práctica para que esto sea posible. El entrenamiento en artes marciales también puede ser una experiencia transformadora para las mujeres al desarrollar la capacidad para la violencia física, dominación y estar preparadas para el combate; lo que puede desestabilizar las normas de género y subordinación simbólica de las mujeres hacia los hombres, además de cuestionar la incorporación de la feminidad, junto con los roles, las jerarquías y las representaciones de masculinidad y feminidad. No obstante, estas características no están totalmente garantizadas con solo el hecho de comenzar un entrenamiento en artes marciales, Hamilton (2022) por ejemplo señala que para que exista una transformación completa en las mujeres, esta debe ser acompañada por una conciencia feminista que sea capaz de cuestionar, desafiar, y reconfigurar la encarnación de mandatos de género, para que las mujeres no se dejen llevar por el discurso y el mercado neoliberal que adopta lemas y principios del feminismo para mantener un discurso patriarcal y capitalista. Durante los entrenamientos mixtos existen jerarquías que se mantienen y exigencias de género que obstaculizan la transformación de mandatos de género, pero está la posibilidad de fisurar mediante desafíos, tensiones y cuestionamientos hacia los mandatos de género (Channon y Jennings, 2014).

Con respecto a la feminidad encarnada, Channon y Phipps (2017) señalan que las mujeres entrevistadas no deseaban deshacer su feminidad, sino más bien la adaptaron a las exigencias de sus prácticas, donde la mantención de esta apariencia femenina llevó a que más mujeres se integraran a la práctica de artes marciales. Maor (2018) en concordancia con los autores anteriores, indica que la feminidad puede ser subversiva y utilizada a favor si se combina con la adopción de comportamientos asociados a lo masculino, de esta forma se presenta el surgimiento de una identidad no dicotómica que no se basa en la idea de mujer/hombre. Por otro lado, Giovanna Follo (2012) señala que la practicante de artes marciales debe establecer un equilibrio en la sociedad marcada por el género, en la mantención de una feminidad que le permita desafiar las normas internalizadas de género y

también participar en espacios considerados como dominio de los hombres. Es decir, hay una feminidad que se construye y se adapta para permitir el ingreso de más mujeres a estos espacios de artes marciales, y que ocupa a su favor otros elementos asociados a lo masculino que crea a su vez nuevas identidades y expresiones.

La práctica de artes marciales, como señala HarmoniJoie (2009) lleva al aumento de la seguridad y la capacidad de defenderse en mujeres, sin embargo, existen percepciones de debilidad y vulnerabilidad en ellas y de parte de sus compañeros practicantes hacia ellas. Así, se da a conocer la existencia de un desplazamiento parcial de las mujeres practicantes, que quizás no corresponden a un total reposicionamiento de identidad y encarnación de género, distinta a la que tenían antes de comenzar la práctica en artes marciales.

La encarnación de género no es fija como indican Fortune *et al.*, (2012), lo que otorga la posibilidad de transformación. De esta forma, los obstáculos presentados como la caballerosidad de los hombres, la necesidad de disculpa automática en las mujeres y también la emisión de juicios dolorosos producidos por la frustración en el transcurso de la práctica en mujeres, son impedimentos que pueden ser transformados. A través de la repetición y rechazo de encarnaciones de género anteriores, es posible sobrepasar estas barreras de género, lo que establece una reconfiguración subjetiva y corporal mediante la práctica y la disciplina.

El entrenamiento mixto en las artes marciales, tiene la potencialidad de reconfigurar las relaciones de dominación en las cuales están expuestas las mujeres, es decir, las relaciones de tipo sexual, parental y médico/terapéutico (Maor, 2018). Este lugar de entrenamiento mixto permite el establecimiento de un equilibrio durante el entrenamiento y el combate, donde la diferencia sexual pasa a segundo plano. En este espacio mixto también se generan tensiones a los mandatos de género en hombres y mujeres, que desafían creencias sexistas sobre habilidades de las mujeres, desestabilizan las construcciones jerárquicas y cuestionan formas de encarnación que posicionan a las mujeres en lugares de debilidad (Channon y Jennings, 2014).

Las investigaciones presentadas anteriormente poseen concordancias y diferencias, debido a que no existe un consenso entre las y los autores en cómo deben ser las condiciones de la práctica de artes marciales, para que la potencialidad de estas artes en mujeres pueda ser una experiencia transformadora. En estas investigaciones no se menciona la

transformación que puede ocurrir en el cuerpo y las emociones y/o lo sensorial y/o los afectos en las mujeres practicantes, hallazgo que es parte de esta investigación¹⁴. Además, en mi estudio se ahondará de manera más profunda en las transformaciones subjetivas y corporales que experimentan las practicantes de Kung Fu en la Ciudad de México en su día a día.

2.3. Cuerpo y teoría de género

En este apartado, reviso los conceptos y teorías que son fundamentales para comprender la perspectiva desde la que abordo los distintos ejes analíticos.

El cuerpo ha sido estudiado desde diferentes perspectivas en las investigaciones relacionadas a él. En específico en esta investigación, el cuerpo se alimentará de distintas visiones, para tratar de conformar una perspectiva más global sobre el cuerpo de las tres mujeres practicantes de Kung Fu en Occidente, en la Ciudad de México. Además, de las interacciones de estos cuerpos con los espacios que utilizan y en los que se movilizan.

Tomaré la idea del cuerpo como lugar de Linda McDowell (1999), que lo entiende como el espacio físico que ocupa cada individuo, y al ocupar este espacio, se presenta de manera distinta en los diferentes lugares, en la realización de gestos, de actitudes, en la vestimenta, los comportamientos, etcétera. Y considera, que los cuerpos son fluidos y flexibles.

El cuerpo, ha sido marcado por diferentes épocas donde se instalan ciertas concepciones e ideas sobre él. Cuando se comienzan a realizar estudios biológicos del cuerpo, junto con ello empieza la diferenciación entre los cuerpos femeninos y los masculinos, donde a través de experimentos se justifica la distinción entre dos sexos. Aquí retomo la idea de Thomas Laqueur (1994) con los «dos sexos inconmensurables», quien señala que esta diferenciación de cuerpos es construida a partir de justificaciones del sexo biológico. De esta forma, se construyó una identidad femenina a través de discursos masculinos, que se legitiman en la época moderna y siguen hasta hoy.

En esta conceptualización del cuerpo, es necesario integrar el concepto de género, para el cual retomo a lo afirmado por West y Zimmerman (1990) quienes entienden el género como:

¹⁴ Cf. el apartado “Cuerpo afectado, cuerpo emocionado” de este trabajo.

un logro rutinario, metódico y recurrente [...] *hacer género* es emprendido por mujeres y hombres, cuya competencia como miembros de la sociedad es rehén de su producción. Hacer género implica un complejo de actividades perceptivas, interactivas y micropolíticas socialmente guiadas que conforman actividades particulares como expresiones de la *naturaleza* femenina y de la masculina (p. 111).

De esta forma, el *hacer género* es una construcción social que acontece mediante la interacción de los individuos y, también es una manera de legitimar las divisiones en la sociedad.

Estas divisiones operan al nivel del cuerpo, el cual según Iris Marion Young (1990) adquiere comportamientos diferenciados a edad temprana. Las niñas incorporan aquellos comportamientos que obstaculizan y entorpecen su movimiento, y esto tiene como resultado una inhibición y una timidez corporal mientras se asume el estatus femenino. A los niños, se les incita a realizar actividades que se proyectan y dirigen hacia afuera, a desarrollar habilidades corporales específicas para tener una apertura con el mundo, lo que les permite vagar y explorar su entorno sin peligro; y a medida que crecen, se les exigen tareas que requieren de esfuerzos físicos y desarrollo de la fuerza física. Según la misma autora, las diferencias se acentúan durante las distintas etapas de desarrollo de niños y niñas, donde movimientos cotidianos como estar de pie, caminar, sentarse, etcétera, son distintos en cada uno, y al crecer; las mujeres comienzan a percibirse a sí mismas como incapaces de hacer uso de la fuerza física, de la coordinación, de empujar fuerte, de tirar, agarrar y torcer, como si sus cuerpos fueran deficitarios para realizar estos movimientos en comparación a los varones. De esta forma, las mujeres no comprometen todo su cuerpo en las tareas físicas y poco a poco se atrofian corporalmente. El género se vuelve una identidad inestable, en palabras de Butler (2007):

El efecto del género se crea por medio de la estilización del cuerpo y, por consiguiente, debe entenderse como la manera mundana en que los diferentes tipos de gestos, movimientos y estilos corporales crean la ilusión de un yo con género constante (p. 273-274).

Es decir, el género es entendido como temporal, es una ilusión producida mediante *actos reiterativos* que lo conforman mediante la performatividad (Butler, 2007). Como señala Hortensia Moreno y César Torres (2016) “ningún acto concluye el proceso [...] es una

actualización del deber ser del género, en la cual se negocia de manera activa y deliberada su inteligibilidad cultural [...]” (p. 243). El género es una sustancia artificial que se adapta a las condiciones de la sociedad, la cultura, el espacio, etcétera.

Los signos corporales como “los movimientos, gestos, ademanes, actitudes y reacciones” (Moreno y Torres, 2016, p. 244) expresan las normas de género de acuerdo a una matriz heterosexual, la cual requiere de “la incorporación de ciertos ideales de femineidad y masculinidad, ideales que casi siempre se relacionan con la idealización del vínculo heterosexual (Butler, 2002, p. 325).

En esta línea, para adentrarnos más al estudio del cuerpo en las mujeres, se utiliza en esta investigación la noción de *tecnologías de género* de Teresa de Lauretis (1989), que plantea la construcción del género a través de representaciones en relaciones sociales, prácticas socioculturales, y discursos institucionales. De esta forma, retomo a Hortensia Moreno (2011) que utiliza esta noción para analizar la práctica del boxeo en las mujeres, y lo define como:

Procedimientos históricos, sociales, culturales e intencionales. La idea de procedimiento me remite al ámbito de representación, pero también al ámbito de la acción: se trata de un campo del “hacer” cuya finalidad es la producción de sujetos diferenciados a partir de la atribución de pertenencia a una de las dos clases (hombre/mujer) con características y cualidades definidas en función de una supuesta complementariedad mutua [...] la idea de “tecnologías de género” pretende deconstruir tal “naturalidad” al identificar los procesos en que el propio cuerpo es creado en sintonía con su subjetividad (pp. 30-31).

La autora aplica las *tecnologías de género* no solo en el ámbito subjetivo, sino que también cómo estas tecnologías se instalan en el cuerpo mediante la práctica física.

Otro concepto que permite entender parte del proceso de configuración del cuerpo en el género —y el género en el cuerpo—, es el *habitus*, desarrollado por Pierre Bourdieu (2007) quien lo concibe como “los condicionamientos asociados a una clase particular de condiciones de existencia [...]” (Bourdieu, 2007, p. 86). El *habitus*, permite crear prácticas individuales y colectivas, así como también estructurar las bases de las normas para garantizar su permanencia en el tiempo. Los efectos del *habitus* se encuentran en lo subjetivo del sujeto y, también en el cuerpo a través de las exigencias asociadas a él.

Como parte del *habitus*, retomo a la autora Olga Sabido (2012) que le da importancia a la interacción social con otros cuerpos, no solo qué hacer en ciertas situaciones de acuerdo a las diferencias establecidas, sino también “qué sentir y cómo debe comportarse el cuerpo” (Sabido, 2012, p. 156), es decir, el *habitus* comprende formas de actuar, sentir, pensar, etcétera, bajo ciertas condiciones sociales.

Como conclusión a este apartado, el cuerpo es fluido y flexible como afirma Linda McDowell (1999), un lugar que ha sido marcado por las diferencias entre cuerpos de hombres y de mujeres, diferencias justificadas por lo biológico y legitimadas por discursos masculinos (Laqueur, 1994). De esta forma, el *hacer género* remite a una construcción social que parte desde temprana edad en niños y niñas, a través de ideas, comportamientos, actitudes, vestimentas, etcétera, que atraviesan y diferencian los cuerpos (West y Zimmerman, 1990). Iris Marion Young (1990) lo ejemplifica muy bien al mencionar las enseñanzas diferenciadas que se aplican a los cuerpos de las niñas y los niños.

La adquisición de estas diferencias de género en los cuerpos de las mujeres y los hombres, son producidas mediante los *actos performativos*, donde se educa al cuerpo en los movimientos de acuerdo a la norma de género, esta última basada en la matriz heterosexual (Butler, 2007). La noción de *tecnologías de género* (de Lauretis, 1989), aporta la acción subjetiva y corporal de las distintas representaciones que generan estos cuerpos de mujeres y hombres, noción que es aplicada al ámbito de la práctica del Kung Fu (Moreno, 2011). El concepto revisado de *habitus*, corresponde a principios que generan y organizan prácticas, representaciones, condicionamientos, comportamientos, etcétera, guiados por normas y estructuras asociadas al lugar y contexto en el que se encuentren los cuerpos. Olga Sabido (2012) agrega a esta definición la importancia del sentir del cuerpo como una experiencia sensible bajo ciertas condiciones e interacciones sociales. Es decir, como parte de la relación con el/nuestro/otros cuerpo/s, las emociones, los afectos, el sentir, también tienen cabida en los conceptos que presentados anteriormente, ya que todos ellos de distinta forma atraviesan al cuerpo.

Al ser el cuerpo fluido y flexible, y el género a su vez inestable y artificial, existe la posibilidad de “reelaboración de la realidad de género por medio de nuevas formas” (Butler, 2009, p. 322), lo que permite la ampliación de maneras en que el cuerpo de niñas y niños, hombres y mujeres, puedan ser transformados por medio de prácticas corporales.

2.4. Conceptos que guían la investigación

En este apartado presento los conceptos de procesos subjetivos, procesos de configuración corporal y contexto de práctica que guían este estudio. Es importante aclarar que el diseño de esta investigación está construido con estrategias de la teoría fundamentada, por lo que las categorías de análisis se desarrollaron de acuerdo al avance del trabajo de campo durante la comparación y análisis de los datos, para luego codificar la información recolectada (Vasilachis de Gialdino, 2007).

En un primer momento para adentrarnos en los *procesos subjetivos* de las mujeres practicantes, me parece necesario considerar la noción de sujeto con sus múltiples contradicciones, los procesos de subjetivación, el cuerpo y la experiencia. Este sujeto, como señala Teresa de Lauretis (1989), se constituye en el género, entendido como el resultado “de variadas tecnologías sociales y discursos institucionalizados, de epistemologías y de prácticas críticas, tanto como en la vida cotidiana” (1989, p. 8). La misma autora indica que este sujeto forma en todo tipo de relaciones, ya sean de clase, sociales, sexuales, etcétera, y mediante representaciones lingüísticas y culturales. En esta línea, me parece importante examinar la noción de *tecnologías de género* presentada por la misma autora, debido a que plantea que en la construcción del género estas tecnologías se presentan como discursos institucionales, prácticas socioculturales que crean distintas representaciones en relaciones sociales y también a nivel subjetivo, lo cual abre “una posibilidad de agencia y autodeterminación en el nivel subjetivo e individual de las prácticas cotidianas” (de Lauretis, 1989, p. 15).

Por su lado, María Inés García Canal (2017), que realiza una lectura de los procesos de subjetivación desde la visión de Foucault, señala que la constitución del sujeto tiene que ver también con formar parte de un colectivo y ser parte de una sociedad. Sin embargo, es necesario destacar que el sujeto está en directa relación con su cuerpo, ya que este proceso de subjetivación se produce gracias al “conjunto de técnicas que propiciaron una captura exhaustiva de los cuerpos, con el fin de subjetivarlos” (García Canal, 2017, p. 53). Esta captura se realiza bajo el ejercicio del poder, y no es solo el cuerpo, sino también los gestos, el tiempo, comportamientos y actos los que son capturados por las técnicas disciplinarias. Este cuerpo que carga historia, pero también procesos de subjetivación directos e indirectos, no está exento de división, separación y exclusión en relación con otros cuerpos (García

Canal, 2017). Es decir, al ser los *procesos de subjetivación* y el *cuerpo* conceptos que van en conjunto, podemos relacionarlos con el imaginario existente de la noción de *cuerpo atlético*, presentada por Hortensia Moreno (2013), que se refiere a la legitimación del varón, blanco, adulto, heterosexual, dentro de los espacios deportivos, y que produce una exclusión sistemática de cuerpos diferentes, como los de las mujeres, considerados insuficientes para realizar actividades físicas que comprometan fuerza, agresividad y contacto físico cercano.

Por otro lado, como señalaba anteriormente, la experiencia forma parte de la subjetividad; en palabras de Teresa de Lauretis (1989) la experiencia “es reformada continuamente para cada sujeto con su compromiso continuo con la realidad social, una realidad que incluye —y para las mujeres, centralmente— las relaciones de género” (p. 26). Además, este sujeto también se constituye y se posiciona por medio de la experiencia, lo cual le concede una historicidad determinada (Scott, 2001) y como señala de Lauretis (1984), es mediante la experiencia que se construyen subjetividades y de esa manera se conciben las relaciones con otros seres sociales.

De esta forma, como sostiene Serret (2006) en un sentido más abstracto, se producen significados en el orden cultural imperante de las distintas sociedades, que a su vez desarrollan las subjetividades marcadas por las distintas relaciones con las personas y el entorno. En mi investigación, los procesos subjetivos de las mujeres practicantes son un conjunto de elementos que las constituye en su totalidad; procesos que no dejan de estar “en constante e incesante transformación; sin llegar a ser jamás definitivos ni clausos” (García Canal, 2017, p. 63).

En un segundo momento con respecto a los *procesos de configuración corporal*, se entiende que el cuerpo se forma de distintas maneras durante el desarrollo de las etapas de la vida, y en esta investigación se concebirá el cuerpo como un lugar donde confluyen múltiples elementos: biológicos, espaciales, sociales, culturales, etcétera. Como afirmé anteriormente, la forma en la que el cuerpo se configura está vinculada a la noción de *tecnologías de género*; se trata de un proceso y de una vivencia corporal que se sitúan en un determinado momento histórico y cambiante, como señala Mari Luz Esteban:

un proceso que se produce a través de actos básicamente corporales: maneras de sentir, andar, hablar, moverse, vestirse, adornarse, tocar-se, emocionar-se...en interacción

continúa con los otros, actos que van modificándose en el tiempo y en el espacio (Esteban, 2008, p. 139).

El cuerpo no solamente está condicionado por las relaciones que tenemos con los demás, que refuerzan ideas corporales representadas como “masculinas” o “femeninas”, sino también a través de la interacción con distintos objetos y espacios que forman parte de nuestra vida (Jackson, 2010). Asimismo, en estas prácticas se producen distintos *habitus* que, como señala Bourdieu (2007), son “condicionamientos asociados a una clase particular de condiciones de existencia [...] sistemas de disposiciones duraderas y transferibles, estructuras estructuradas predispuestas a funcionar como estructuras estructurantes” (p. 86).

En los distintos movimientos que realiza el cuerpo, ya sea en la postura, el contacto, el trabajo cooperativo, el alimentarse, etcétera, las personas y las relaciones se constituyen activamente al tiempo que son significadas (Lambek, 2010). Hortensia Moreno (2011) señala que, esta constitución no es solamente a nivel simbólico, sino que también es en el plano físico donde actúan las *tecnologías de género* que configuran la materialidad de los cuerpos. Estas *tecnologías de género* se traspasan al cuerpo de acuerdo a una de las dos clases (hombre/mujer), y en el ámbito deportivo se realiza tanto en lo subjetivo como en lo corporal. Además, al ser el cuerpo “un proceso cambiante con múltiples posibilidades de desarrollo” (Moreno, 2011a, p. 56), permite una configuración corporal que se nutre durante el transcurso de la vida con las experiencias que cada uno y cada una experimenta, y que otorgan la posibilidad de ir transformándose.

En un tercer y último momento, me refiero a la movilidad y al uso de los distintos espacios con el concepto de *contexto de práctica*. Dichos espacios podrían ser utilizados por las mujeres practicantes para el desarrollo de su práctica marcial. Estos espacios, como señala Doreen Massey:

se estructuran sobre la base del género en miles de maneras diferentes, que varían de cultura a cultura y a lo largo del tiempo. Y esta estructuración genérica de espacio y lugar simultáneamente refleja las maneras como el género se construye y entiende en nuestras sociedades, y tiene *efecto sobre ellas* (1998, p. 40).

Estos espacios, como señala Paula Soto (2016), se constituyen día a día mediante la experiencia y los procesos personales y colectivos, en un tiempo determinado; se viven subjetivamente y se comparten socialmente. El concepto de *contexto de práctica* pretende

ser una guía para entender las movilidades que realizan las mujeres practicantes de Kung Fu, desde una perspectiva que incluya las relaciones entre las personas, los espacios, las estructuras y los cuerpos. Además, como señala Soja (2008): “la «creación de geografías» comienza con el cuerpo, con la construcción y *performance* del ser, del sujeto humano como una entidad particularmente espacial, implicada en una relación compleja con su entorno” (2008, p. 34).

El posicionamiento del cuerpo en los espacios produce un lugar donde se gestiona/n la/s resistencia/s y transformaciones, porque es aquí donde confluye la materialidad de los sujetos. En esta línea, Linda McDowell (1999) considera que los cuerpos, por sus características materiales, ocupan un espacio físico, pero la manera en que se dan a conocer estos cuerpos y también son observados por los demás, depende del lugar que ocupan en un momento determinado. Aunado a lo señalado anteriormente, Hortensia Moreno (2011a) agrega que el cuerpo al “estar en el espacio” es afectado por el género en la medida en que existen diferencias entre hombres y mujeres que producen una distancia y una desconexión entre las mujeres y su entorno. De esta forma, la experiencia, las formas de sentir, la movilidad, etcétera, son percibidas por mujeres y hombres de manera diferente, al ser colocados en una de las dos categorías (mujer/hombre) (Goffman, 1977).

En el *contexto de práctica*, las sensaciones que se tienen en los espacios, se relacionan con las diferentes distancias entre los cuerpos. En esta línea, Hall (1976) afirma que lo visual, lo cenestésico, lo táctil y lo térmico de cada persona, puede ser inhibido o aventajado de acuerdo al desarrollo del medio en el que vive, este último modelado y configurado a través de la cultura.

Además, como señala Goffman (1977) al tener las mujeres y los hombres una relación diferente en la vida pública, se coarta el potencial físico para la agresión y autodefensa en las mujeres, no así para los hombres. Es decir, las respuestas ante diferentes estímulos en la vida pública que amenacen el cuerpo, parecen seguir las reglas de la organización de la estructura social.

Con el concepto de *contexto de práctica* se busca comprender la forma en que las mujeres practicantes interactúan con los espacios durante su ejercicio marcial de Kung Fu, y su movilidad hacia ellos. De esta manera, como señala Hortensia Moreno (2011a) la forma en que los cuerpos de las mujeres practicantes utilizan el espacio “puede ser particularmente

reveladora de las estructuras de la existencia femenina” (p. 44), pues otorga información relevante con relación al uso de los espacios y las relaciones de género presentes en ellos.

Como conclusión a este capítulo, en un primer momento presenté las investigaciones realizadas que han abordado el Kung Fu desde distintas perspectivas, donde pude constatar que existe un nombramiento de la existencia de diferencias entre hombres y mujeres, pero no hay un análisis sobre los motivos que podrían causar este desequilibrio. Además, el Kung Fu no ha sido estudiado ni analizado con metodologías feministas, lo que genera un vacío y una necesidad de investigaciones que lo aborden de esta manera.

En un segundo momento, hice una revisión para ampliar la búsqueda de investigaciones que se relacionen con las mujeres y la práctica de diferentes artes marciales. Pude constatar que todas las investigaciones revisadas consideran que las artes marciales en las mujeres, tienen un potencial para la subversión de mandatos de género; sin embargo, no existe un acuerdo en la forma en la que se deben realizar las prácticas para que la subversión sea posible. Además, estas investigaciones presentan que la práctica de las artes marciales en mujeres, puede ser una experiencia transformadora a nivel subjetivo y corporal, mediante el desarrollo de la capacidad de la violencia física y el combate, así como cuestionar los roles, las jerarquías, las representaciones de masculinidad y feminidad; sin embargo, no se presentan hallazgos relacionados con las emociones, lo afectivo y lo sensorial en la práctica de artes marciales en mujeres. Por otro lado, la experiencia de realizar entrenamientos mixtos en artes marciales, generan desafíos, fisuras, cuestionamientos, choques y tensiones respecto a los mandatos de género en hombres y mujeres. En esta línea, los entrenamientos mixtos pueden desestabilizar las jerarquías a través de los combates, lo cual abre la posibilidad de romper con ideas de debilidad asociadas a las mujeres.

En un tercer momento hice una revisión de las bases teóricas y conceptuales sobre el cuerpo y el género que utilizo para analizar los datos recolectados. El cuerpo, es entendido como un lugar que se construye a partir de diferencias entre mujeres y hombres, diferencias que se han justificado mediante las características biológicas y legitimadas por los discursos masculinos (Laqueur, 1994). Asimismo, el *hacer género* es una construcción que se materializa en el cuerpo desde temprana edad, a través de diferentes formas que dividen a mujeres y hombres (West y Zimmerman, 1990). Esta división —entre mujeres y hombres— se fortalece a medida que pasa el tiempo, a través de los *actos performativos* repetitivos que

dirigen al cuerpo hacia normas de género basadas en la matriz heterosexual (Butler, 2007). Utilizo también la noción de *tecnologías de género* (de Lauretis, 1989), aplicada a la práctica del Kung Fu, con las aportaciones de Hortensia Moreno (2011) quien dirige esta noción al ámbito deportivo, lo que permite analizar las representaciones subjetivas y también las que ocurren en el cuerpo. El concepto de *habitus*, tiene que ver con las normas y estructuras que generan y organizan las prácticas que dirigen a los cuerpos. En esta línea, el cuerpo siente a través de diferentes experiencias sensibles que ocurren en el espacio y las interacciones sociales, que también están atravesados por el género (Sabido, 2012).

En un cuarto momento, revisé los conceptos de *procesos subjetivos*, *configuración corporal* y *contexto de práctica*, los cuales están vinculados y atravesados entre sí. Con los procesos subjetivos se busca profundizar en las subjetividades de las mujeres practicantes, y se entiende que estos se constituyen en la multiplicidad y están en constante construcción junto con los procesos de configuración corporal. En estos últimos se buscan aquellos aspectos que las mujeres reconocen como transformaciones que han ocurrido o que estén ocurriendo actualmente. Y con el contexto de práctica se pretende examinar los distintos movimientos que realizan las mujeres practicantes durante el ejercicio de Kung Fu siempre en relación con sus procesos subjetivos y de configuración corporal.

Estos tres conceptos están necesariamente atravesados por el género mediante las *tecnologías de género* que se traspasan al cuerpo y lo constituyen en conjunto con otros elementos. Además de que el cuerpo conforma junto con los distintos movimientos que realiza en los espacios. Los tres conceptos se abordarán mediante la noción de *tecnologías de género* aplicadas al cuerpo, como lo señala Hortensia Moreno (2011a). Esta noción permite una amplitud y una vinculación entre ellos.

Capítulo III. Metodología. Los comienzos del viaje del cuerpo

Este capítulo se compone de cuatro apartados: “Ocho años de camino marcial nómade” —donde realizo un recorrido por los inicios de esta investigación y en el lugar en el que me sitúo—; “Propuesta metodológica” —donde explico las maneras en que se abordó el trabajo de campo—; “Encuentro con las informantes” —aquí expongo la forma en la que se llegó a cada una de las mujeres practicantes de Kung Fu—; por último, “Diálogos corporales”, donde reviso las inquietudes de realizar una práctica corporal en conjunto con las sujetas de estudio y una descripción de los entrenamientos.

3.1. Ocho años de camino marcial nómade¹⁵

El primer acercamiento a esta investigación ocurre aproximadamente a los dos años de haber comenzado la práctica del arte marcial de Ving Tsun Kung Fu, en las frías tierras del sur de Chile por el año 2018. A medida que pasaban los entrenamientos, me percataba de una dificultad para conectar los golpes con intención; de la existencia de un cuidado sobreprotector hacia mi compañero o compañera de práctica, o que mi reacción era tardía y los golpes entraban de sobremanera a mi espacio íntimo. Empecé a preguntarme de dónde venían estas dificultades, si acaso era algo que se asociaba con las mujeres más que con los hombres, o si alguien había investigado estos sentires desde el ser mujer practicante de artes marciales. Así fue entonces como comenzó mi búsqueda de autoras y autores que explicaran y que dieran respuesta a los cuestionamientos que tenía. Me encontré con el libro de Martha McCaughey del año 1997 donde presenta investigaciones acerca de la autodefensa en mujeres y de lo que conlleva la práctica de algunas artes marciales para ellas. También encontré artículos académicos, revistas de artes marciales, sitios web; y todo aquello que pudiera entregarme respuestas. Poco a poco, a medida que entrenaba mi arte marcial, mejoraba mi técnica y asistía a talleres y seminarios, empecé a impulsar la investigación de manera solitaria y llegué a plantear sus objetivos, la pauta de preguntas y hasta una entrevista con una mujer practicante de Wushu Kung Fu, quien llevaba 10 años en el entrenamiento de manera constante.

¹⁵ Recupero esta palabra del libro “Sujetos nómades. Corporización y diferencia sexual en la teoría feminista contemporánea”, de la autora Rosi Braidotti (1994).

Mi curiosidad me llevó a la incursión en otros espacios de artes marciales, a la experimentación con grupos mixtos y algunos solo de mujeres, para comprobar si acaso esos sentires eran compartidos y qué tan parecidos o diferentes eran. Al avanzar en mi práctica, también realicé talleres de autodefensa y de Ving Tsun para mujeres con distintas organizaciones, lo que me permitió situarme como instructora y observar desde otra perspectiva y lugar. Pasé por la práctica de Karate deportivo, Boxeo occidental, Esgrima Filipina, talleres y seminarios dentro y fuera de Chile, y así pasaron seis años. Hice anotaciones que no eran más que reflexiones y recuerdos en un diario de campo que en ese tiempo no sabía realmente a dónde me iban a llevar. Después de tantos años, me encontré con la Maestría en Estudios de la Mujer y me arriesgué a postular este proyecto que tantas preguntas me había generado.

Al realizar esta investigación desde el ser practicante e investigadora, me otorgó ciertas ventajas que tienen que ver con la observación de la técnica y los movimientos corporales en el Kung Fu; sin embargo, también me encontré con algunas desventajas como la idealización de la práctica a los inicios de esta investigación, por lo que con la guía de mi directora y co-directora de tesis, pude entender y acechar esta creencia para evitar un sesgo importante al recolectar los datos, realizar las lecturas y las participaciones observantes en los diálogos corporales. Esta investigación fue un reto que requirió de mucha paciencia y trabajo intelectual-corporal intenso, para trasladar desde una práctica y vivencia corporal a un análisis cognitivo. La problematización de la práctica de Kung Fu, me posibilitó nuevas formas de recolección de datos que permitió la apertura de espacios, cuerpos, experiencias y sentires en conjunto con las tres mujeres participantes de esta investigación.

Hoy soy consciente de que la inquietud de esta investigación nace de una búsqueda de respuestas, impulsada por la experiencia de la práctica de un arte marcial en mi propia vida y desde aquí me sitúo.

3.2. Propuesta metodológica

En este apartado doy a conocer la manera en que se abordó el problema de investigación, mediante las distintas metodologías y enfoques que posteriormente permitieron construir los ejes analíticos y realizar un análisis profundo de los datos recolectados.

Esta investigación está enmarcada dentro de la metodología cualitativa, en la cual los y las investigadoras (según Denzin y Lincoln, 1994, citados en Vasilachis de Gialdino, 2007):

indagan en situaciones naturales, intentando dar sentido o interpretar los fenómenos en los términos del significado que las personas les otorgan. La investigación cualitativa abarca el estudio, uso y recolección de una variedad de materiales empíricos [...] que describen los momentos habituales y problemáticos y los significados en la vida de los individuos (p. 25).

Asimismo, el diseño de esta investigación se enmarca en un enfoque constructivista, el cual reconoce que las categorías aparecen desde las interacciones del investigador/a con el trabajo de campo y el cuestionamiento sobre los datos, así como un análisis que no asume realidades externas unidimensionales (Jorge, 2007).

La problemática de esta investigación se aborda desde una perspectiva feminista que cuestiona situaciones y contextos específicos de las mujeres, así como también las estructuras de género en las que se enmarcan (Olesen, 2012). Se realiza una aproximación profunda de las subjetividades de las mujeres, y a la vez, como señala Harding (2002), se reconoce la importancia de las experiencias de las mujeres desde su propio punto de vista. Asimismo, esta metodología feminista genera ideas nuevas para el conocimiento sobre las situaciones opresivas para las mujeres, para establecer soluciones o continuar con las investigaciones (Clark y Olesen, 1999). Aunado a esto, esta metodología permite utilizar formas de escritura que llevan a ampliar las perspectivas para transmitir el conocimiento y abrir las posibilidades en la investigación (Cano, 2015).

Por otra parte, los conocimientos situados postulados por Haraway (1995) que nos llevan a localizarnos de manera limitada en la búsqueda de una parcialidad que permita tener una visión más amplia, también será postura fundamental en esta investigación. Es decir, la localización feminista desde los conocimientos situados implica “nudos en campos, inflexiones y orientaciones y de responsabilidad por la diferencias en campos material-semióticos de significados” (Haraway, 1995, p. 334). En este sentido, me posiciono como investigadora y practicante de Ving Tsun Kung Fu con experiencia en la práctica de otras artes marciales durante ocho años seguidos, además de entender que parte de las consecuencias de esta postura es el requerir una responsabilidad y un cuidado en la recolección de los datos, las reflexiones y los análisis. Esta investigación me atraviesa

profundamente de manera corporal y experiencial, lo cual me lleva a estar atenta y abierta a las posibilidades de cambio y a cuestionar constantemente los procesos que llevo a cabo.

En esta investigación no llego puntualmente a la creación de una teoría; pero los pasos a seguir tienen que ver con la utilización de modos inductivos para la recolección y análisis de los datos basados en la teoría fundamentada (Suárez, 2019).

Al estar los *procesos subjetivos*, de *configuración corporal* y *contexto de práctica* vinculados estrechamente entre sí, explicaré a continuación la forma en que serán abordados empíricamente con la metodología cualitativa. Esta última permite utilizar una variabilidad de técnicas para recolectar la información de acuerdo con los objetivos planteados.

Para la recolección de los datos durante el trabajo de campo utilicé la investigación narrativa, que me pareció adecuada para que las mujeres participantes se posicionaran como narradoras. De esta forma, se posibilitó que ellas crearan significados en retrospectiva y ordenaran los hechos ocurridos desde su propia visión, en la consideración y relación de las consecuencias de las acciones realizadas, al momento de realizar el relato, a la vez que manifestaban sentimientos, sensaciones e interpretaciones (Chase, 2011). Utilicé la entrevista autobiográfica narrativa para conocer las subjetividades de las mujeres practicantes con respecto al Kung Fu. Se les invitó a contar su vida mediante preguntas detonadoras organizadas en distintos temas que se trataron en tres entrevistas con cada una de ellas, la duración de las entrevistas fueron distintas por los tiempos que cada una tuvo para narrar su propia historia. Hubo un especial cuidado en la atención que se requiere para mantener una escucha atenta y de esta forma posibilitar una apertura a la narración autobiográfica (Appel, 2005). Este tipo de entrevista me permitió conocer el relato de la experiencia de la trayectoria de 10 años en el Kung Fu desde las propias mujeres y, como señala Scott (2001), “la experiencia es tanto colectiva como individual. La experiencia es la historia de un sujeto” (p. 66) y es mediante el lenguaje y los discursos donde se manifiesta. Esto produjo el enlace de los conceptos de *procesos subjetivos*, *procesos de configuración corporal* y *contexto de práctica*, mediante la expresión de las vivencias, sentires, emociones, etcétera, de las mujeres practicantes. Además, este tipo de entrevista me otorgó el beneficio y la amplitud de construir las preguntas a medida que el relato se desarrollaba, y procuré avanzar de acuerdo con al ritmo de la entrevistada. Se propició un ambiente adecuado en lugares que permitieron una comodidad, una intimidad y una soledad sin interrupciones para mantener la confianza, la

presencia y la escucha atenta en todo momento. Y finalmente, la entrevista posibilitó el rescate de una trayectoria corporal intensa en las mujeres practicantes, y el recuerdo de sus historias a través de la voz entendida no solo como una forma de comunicación, sino también como una expresión corporal que posee significantes específicos relacionados con emociones, sentimientos, percepciones, etcétera (del Sarto, 2012).

Al ser el Kung Fu una práctica que, como todas las prácticas, involucra al cuerpo, decidí experimentar con participación observante (Guber, 2015) para presenciar lo que sucede en el entorno y vivir la experiencia de la práctica en relación con los objetivos de la investigación. El objetivo de esta participación, en palabras de Rosana Guber, es “detectar las situaciones en que se expresan y generan los universos culturales y sociales en su compleja articulación y variedad” (2015, p. 52). Aunadas a esto, apliqué algunas estrategias de la etnografía sensorial, la cual “implica un posicionamiento crítico y reflexivo sobre la importancia del cuerpo, sus sensaciones, percepciones y emociones” (Muñoz, 2021, p. 276). La participación observante se realizó mediante los *diálogos corporales* con las mujeres integrantes de esta investigación. La perspectiva feminista, los conocimientos situados y mi posición como practicante e investigadora me permitieron innovar en esta metodología para acercarme en profundidad a la observación y el sentir corporal de cada estilo de Kung Fu, en la realización de un entrenamiento con cada una de las practicantes y sus grupos de práctica. La autora Donna Haraway (1995) indica al respecto:

necesitamos aprender en nuestros cuerpos [...] cómo ligar el objetivo a nuestros escáneres políticos y teóricos para nombrar dónde estamos y dónde no, en dimensiones de espacio mental y físico que difícilmente sabemos cómo nombrar (p. 326).

Para la recolección de los datos intenté ir más allá de solo la utilización de lo visual y lo auditivo con la entrevista autobiográfica narrativa, y en la búsqueda de la integración de los sentidos de manera crítica y reflexiva, la aparición de los *diálogos corporales* permitió abrir una nueva forma de situarse a partir del cuerpo.

La reflexividad fue otro elemento importante que me acompañó en el momento de adentrarme al trabajo de campo. Me permitió una apertura de sentidos ante información diversa e inesperada. Además, me llevó a entender que el proceso de investigación es participativo y se vincula íntimamente con las personas participantes del estudio, que como señala Suárez (2019), implica una transformación mutua mediante lo emocional, lo vivencial

y lo empático donde posiblemente se realizan modificaciones existenciales en quienes participan, y la investigación es llevada a constantes cambios y acciones.

La noción de *tecnología de género* como parte de los conceptos que guían esta investigación hizo necesario e irrenunciable que las mujeres participantes hubieran tenido cuatro años o más de práctica constante de Kung Fu. Esto debido a que la adquisición de distintos movimientos corporales específicos para el desarrollo de esta disciplina requiere de tiempo, ya que se basan en una práctica constante y otras características particulares que dependen de los programas, la escuela, etcétera (Moreno, 2011a). Además, se solicitó la residencia en la Ciudad de México para la realización presencial de las entrevistas y la participación observante. En términos etarios, fueron mujeres mayores de edad, por lo que implica el consentimiento informado dentro de la investigación (Gordo y Serrano, 2008); y en relación a la educación no se solicitó ningún nivel específico.

Cuadro 1. Entrevistas realizadas

Pseudónimo	Años de trayectoria constante	Estilo de Kung Fu	Conocimiento en defensa personal física	Edad	Hijas/os	Residencia
<i>Estela</i>	10	Shaolin	No	29	0	Estado de México
<i>Nicole</i>	10	Jip-Do y Danza del León	Sí	29	2	Ciudad de México
<i>Yazmín</i>	10	Wushu	No	38	0	Ciudad de México

Cuadro 2. Detalles de las entrevistas

Pseudónimo	Cantidad	Lugar de entrevistas	Fecha de entrevistas	Entrenamientos
<i>Estela</i>	3	Espacio de práctica	5/12/2023	21/04/2024
			12/12/2023	
			19/12/2023	
<i>Nicole</i>	3	Espacio de práctica	16/01/2024	12/04/2024
			23/01/2024	
			30/01/2024	
<i>Yazmín</i>	3	Casa entrevistada	27/03/2024	06/05/2024
		Café	24/04/2024	
		Casa entrevistada	26/04/2024	

En estos cuadros explicativos que presento, se exponen los datos relevantes a tener en cuenta al momento de la lectura. Además, al final de cada uno de los testimonios de las entrevistadas se indica el pseudónimo, el estilo de Kung Fu practicado y la fecha de la entrevista realizada.

Con respecto al proceso de sistematización de los datos luego del trabajo de campo, procedí a seguir los pasos para la codificación y análisis, con la elaboración de las categorías analíticas a medida que realizaba la comparación constante entre las entrevistas (Jorge, 2007). Durante este proceso codifiqué los datos para establecer las categorías, los ejes temáticos para las unidades de análisis, y luego identificar diferencias y semejanzas entre los datos a través del método comparativo constante (Carrero, Soriano y Trinidad, 2006). Este método no pretende realizar generalizaciones, sino mas bien encontrar causas, consecuencias, condiciones o dimensiones en los datos cualitativos que se recolectan (Carrero *et al.*, 2006).

Las estrategias metodológicas basadas en la teoría fundamentada me parecieron adecuadas para adentrarme en profundidad en las realidades de las sujetas de estudio. Junto con las técnicas cualitativas de recolección, realicé un proceso de análisis basado en los datos empíricos, para luego establecer los principales hallazgos con respecto al problema de investigación. El énfasis en la metodología feminista supuso grandes desafíos que ampliaron la mirada y la perspectiva de esta investigación.

3.3. Encuentro con las informantes

Desde el ingreso a la Maestría en Estudios de la Mujer en octubre del 2022, comencé la búsqueda de mujeres practicantes de Kung Fu sin ningún estilo específico en mente, solo la constancia de llevar cuatro años o más en la disciplina. Este camino requirió tiempo y la entrada al campo mediante observaciones en campeonatos, eventos y exhibiciones de Kung Fu en la Ciudad de México. Así me encontré con tres mujeres con más de 10 años de experiencia en la práctica del arte marcial.

A Estela¹⁶ la vi por primera vez en la exhibición de su escuela de Shaolin Kung Fu en la celebración del año nuevo chino en enero del 2023. Sus movimientos me parecieron bastante avanzados, por lo que deduje que llevaba más de cuatro años en la práctica de su

¹⁶ Los nombres de mis informantes son pseudónimos, para proteger su privacidad.

arte marcial y me tardé un tiempo en contactarla. A través de la plataforma Instagram encontré el perfil de su escuela de Shaolin, y escribí al número de teléfono asociado para preguntar sobre los entrenamientos y el lugar. El teléfono era de Estela, por lo que después de conversar con ella por WhatsApp en noviembre del 2023, fui a conocerla personalmente a su lugar de entrenamiento para platicarle acerca de mi investigación. Ella aceptó ser entrevistada y participar de un entrenamiento en conjunto. El martes 5 de diciembre del 2023 comenzamos las entrevistas que siguieron los martes 12 y 19 del mismo mes en su lugar de práctica. Procuré que estuviéramos cómodas y tranquilas en un espacio cerrado para mantener la privacidad. El 21 de abril realizamos el entrenamiento Shaolin en conjunto con sus compañeros de práctica.

Estela tiene 29 años, es ingeniera y ejerce su profesión. Lleva 10 años en la práctica de Kung Fu del estilo Shaolin que consiste en realizar repeticiones de secuencias de movimientos que imitan animales e integran y transmiten la actitud que representa cada uno de estos animales; además de realizar otras secuencias de movimientos que comprenden acrobacias y la utilización de distintas armas, como espadas largas y cortas, bastones largos y cortos, etcétera.¹⁷ Vive en el Estado de México y entrena un día a la semana cerca de su casa y otros dos días a aproximadamente a dos horas de trayecto en la escuela que se ubica en la alcaldía Tlalpan. No ha practicado en otros espacios de Shaolin ni tampoco otras artes marciales. Actualmente practica constantemente su arte marcial y no piensa dejarla. Estela practica Shaolin de manera colectiva en un grupo de cinco personas aproximadamente.

A Nicole la conocí a finales del año 2022 donde ella y algunos de sus compañeros y compañeras de escuela hicieron una exhibición en un evento privado. Luego de ver su presentación y de observar las técnicas de combate, decidí acercarme a ella, contarle acerca de la investigación y preguntarle si acaso le gustaría participar, pero en meses futuros cuando comenzara el trabajo de campo. Ella accedió muy contenta e intercambiamos números de teléfono para quedar comunicadas. Nos contactamos por WhatsApp en enero de 2024 y los días 16, 23 y 30 realizamos las entrevistas en una sala cerrada en su lugar de entrenamiento, y el día 12 de abril de 2024 realizamos el entrenamiento de Jip-Do en conjunto con sus compañeros y maestro.

¹⁷ Información obtenida desde <https://academia-lab.com/enciclopedia/shaolin-kung-fu/>

Nicole tiene 29 años y lleva 10 años en la práctica del Kung Fu Jip-Do, un estilo relativamente nuevo (menos de 100 años) que llegó a México en el cuerpo del maestro Pao. El Jip-Do es un sistema de combate que integra los estilos de Tigre, Leopardo y Águila, que mezcla la fuerza, la agilidad y la certeza de estos animales.¹⁸ Además, Nicole hace tres años comenzó a ser maestra de la Danza del León, la cual consiste en realizar diferentes posturas de Kung Fu detrás de un disfraz en papel y tela de león en conjunto con una pareja, donde se requiere mantener la fuerza y la habilidad e identificarse con la naturaleza del animal para expresar las emociones de excitación, hambre, felicidad, tristeza, miedo, sospecha, preocupación y codicia.¹⁹ Ella está a cargo del grupo de danza de su escuela de Jip-Do y también colabora con otros grupos de danza de la Ciudad de México. Trabaja en clases de Danza del León y también es masajista de lunes a viernes en un canal de televisión. Está casada y su esposo también es practicante de Jip-Do y Danza del León; además, es madre de dos hijas de ocho y siete años respectivamente. Vive en el Ajusco y trabaja/entrena en su escuela que le queda a una hora de trayecto aproximadamente. En su camino del Kung Fu ha pasado por la práctica de otras artes marciales y también por varias competencias de repetición de secuencias de movimientos en exhibición y combate. Actualmente no le llama la atención el combate como competencia, sino más bien como complemento durante los entrenamientos con sus compañeros y compañeras; quiere seguir especializándose en la Danza del León y también entrar a estudiar psicología en la universidad para aplicarla en su escuela de Kung Fu.

A Yazmín la conocí por medio de su entrenador, quien me dio el contacto. Después de escribirle por WhatsApp nos vimos el viernes 22 de marzo para platicarle acerca de la investigación, a la que ella accedió a participar encantada. Comenzamos las entrevistas el día 27 de marzo en su casa, para tener mayor privacidad y tranquilidad; luego seguimos los días 24 y 26 de abril, y el 6 de mayo realizamos el entrenamiento en conjunto con su grupo de Wushu.

Yazmín tiene 38 años y hace 10 años que practica Wushu Kung Fu, un estilo que consiste en la repetición de secuencias de movimientos de animales y la expresión de emoción de estos, además de secuencias de movimientos tradicionales que en algunos casos

¹⁸ Información obtenida desde: <https://fiamc-jkd.es.tl/JIP-DO.htm>

¹⁹ Información obtenida desde <https://www.kungfuweb.org/es/blog/item/339-la-danza-del-leon>

requieren de la utilización de diferentes armas, y también existe la modalidad de combate.²⁰ Este estilo se caracteriza por ser practicado para competencias deportivas nacionales e internacionales. Yazmín ha pasado por diferentes prácticas corporales artísticas y deportivas a lo largo de su vida, así como también de maestros de Wushu Kung Fu. Ha practicado Wushu en distintos lugares de la Ciudad de México y también realizó una estancia de tres meses en China. Ha dirigido obras de teatro basadas en la experiencia de la práctica de Wushu en entrenamientos y también en solitario. Actualmente se dedica a la práctica de Wushu, y también ha participado de competencias, exhibiciones y combates de Wushu; sin embargo, hoy se encuentra en un momento de pausa con respecto a lo deportivo de esta práctica y pretende ampliar la visión de su arte marcial a un espacio más artístico. Entrena en el Parque México que queda aproximadamente a 15 minutos de trayecto desde su casa en la colonia Roma.

Cabe destacar que llegué a Yazmín debido a que la entrevistada que tenía en mente —a la cual contacté en las celebraciones del año nuevo chino de 2023 y de 2024 y con la que mantuve conversaciones por WhatsApp sobre la investigación— decidió finalmente no participar por falta de tiempo y por no sentirse preparada para hablar de su trayectoria en el Kung Fu. Por lo tanto, decidí trabajar con las tres mujeres —Estela, Nicole y Yazmín—; además, me es importante aclarar que ellas no se dedican a la competencia deportiva. Si bien es cierto que algunas han participado de competencias nacionales e internacionales, no son atletas de alto rendimiento. Algunas de ellas sí realizan exhibiciones en torneos y eventos de Kung Fu, pero con un enfoque recreativo.

3.4. Diálogos corporales

Al momento de realizar las entrevistas con las tres practicantes, me percaté de que los movimientos corporales que cada una realizaba al hablar, tenían relación con sus estilos de Kung Fu, y que había algunos movimientos que compartíamos sutilmente. Frente a frente durante las entrevistas, era testigo de la manera en que sus estilos de Kung Fu se expresaban al hablar a través del cuerpo, en el movimiento de sus manos, de sus hombros, de sus piernas y en sus posturas al estar sentadas. Fue ahí cuando se despertaron las ganas de dialogar de

²⁰ Información obtenida desde: <https://wushuspain.com/wushu-kungfu/que-es-wushu-kungfu/>

una manera distinta con el objetivo de otorgarle un espacio a aquello que no se puede decir con palabras, sino a través del cuerpo y los movimientos corporales. Al respecto, retomo a la autora Olga Sabido (2019) quien señala que “hay ciertas actividades que el informante no puede explicar, sino solamente *hacer*” (p. 30). De esta forma, a cada una de las practicantes, luego de terminar la grabación de las entrevistas, le platicaba acerca de mi inquietud de realizar un entrenamiento en conjunto. Sorpresa y satisfacción sentí al recibir las respuestas de todas, que accedieron sin dudar y encantadas de compartir. Experimentar esta manera de acercarme a ellas permitió sentir en mi propio cuerpo los movimientos de cada estilo de Kung Fu, que me llevaron a una proximidad más allá de las palabras y de lo que me habían relatado en las entrevistas.

Esta forma de acercarme a ellas posibilitó presenciar la manera en que realizaban su práctica de Kung Fu, acceder a los distintos espacios que utilizan para ello y así vincular la teoría con la realidad a través de la participación-observación directa. Pude dimensionar desde los hechos particulares los movimientos corporales y espaciales que realizan las mujeres practicantes, donde se entrelazan los conceptos de *procesos subjetivos*, *configuración corporal* y *contexto de práctica*. Estos entrenamientos no podrían haber sido posibles sin la apertura de las mujeres participantes del estudio y la mía para entendernos en el lenguaje corporal del Kung Fu.

Realicé primero el entrenamiento en conjunto con Nicole, quien me invitó a la clase de Jip-Do que imparte el maestro Daniel un viernes de abril a las 19 horas. Nicole me pidió que vendara mis muñecas para evitar lesiones, lo cual realizamos juntas en una sala, antes de entrenar. Comenzamos con despedir la clase anterior de los niños e iniciar por medio de saludos la clase de Jip-Do. Durante el entrenamiento, pasamos por movilidad corporal, calentamiento específico con diferentes ejercicios, para luego practicar las técnicas del Jip-Do donde cada uno de los presentes trabajó ataques, defensas y patadas. Luego practicamos algunas acrobacias que consistían en saltar y caer en una marometa hacia el frente, para lo cual se trasladaron las colchonetas para proteger el cuerpo. Finalmente se despidió la clase y luego Nicole me presentó el lugar contándome el significado de los objetos que se encontraban y las historias que traían con ellos.



Foto 1. Técnica de agarre de Jip-Do desde la postura de guardia con Nicole.

Durante la práctica con Nicole, los nervios no impidieron que dejara fluir mi cuerpo ante nuevos movimientos y formas de entrenamiento, por lo que pude entregarme a la práctica y disfrutar de ella, a la vez que observaba, sentía y experimentaba con el cuerpo. Pude percatarme de las similitudes corporales que nos unían en la práctica. Al realizar los ataques y defensas en la clase, sentí las técnicas del Jip-Do de manera intensa, y algunos de los nombres que utilizaban para las técnicas eran iguales a los que yo conocía desde mi práctica marcial.

El entrenamiento con Estela fue en un gimnasio del Estado de México un domingo en la mañana. Lamentablemente, antes de que pudiéramos entrenar juntas, ella se lesionó un tobillo al realizar una acrobacia en su clase de avanzados. Sin embargo, me propuso que ingresara a la clase y que ella iba a estar pendiente mientras descansaba, así podría observarme y corregirme desde ese lugar. Así fue como el maestro Luis realizó la clase básica que consistió en calentamiento y estiramiento corporal, movilidad de brazos y piernas, para luego enseñarme los movimientos básicos para aplicar en la primera forma.²¹ Luego de las enseñanzas por secciones de la primera forma, la practiqué durante toda la clase mientras

²¹ El concepto de *forma*, en el Kung Fu, se refiere a las distintas secuencias de movimientos que en algunos casos expresan animales (tigre, águila, serpiente, mono, mantis, entre otras) o secuencias de movimientos establecidas que no necesariamente expresan animales. Estas formas dependen del estilo de Kung Fu que se practique.

Estela miraba y realizaba correcciones de mis posturas. Al terminar conversé con Estela sobre los movimientos y la intensidad del entrenamiento.

Durante el entrenamiento con Estela, recordé que alguna vez había realizado esa primera forma en una clase de Kung Fu con una maestra invitada en la ciudad de Valdivia, Chile. La intensidad del entrenamiento, el calentamiento y el calor del gimnasio, me llevaban a una concentración mayor, para también atender a los sentires de esta práctica, las correcciones que hacía Estela, y los estímulos de los demás practicantes. Pude sentir la exigencia de un entrenamiento Shaolin y la disciplina con la que debe ser llevado a cabo, para lograr las posturas y las acrobacias que se realizan.



Foto 2. Posición de Mabú en Shaolin Kung Fu con Estela.²²

La práctica con Yazmín fue en el Parque México un día lunes a las 19 horas, lo cual fue interesante ya que al mismo tiempo había prácticas de clases de salsa con música fuerte, personas que a paseaban sus perros, niños y niñas en patinetas y gente alrededor. Durante la

²² Mapú, mabú o postura del jinete o del caballo, su nombre cambia dependiendo del arte marcial del que se esté hablando. Es una posición que: “Se realiza situando el pie izquierdo a una distancia equivalente a 2 anchos de la cintura. La pelvis se bascula para sentarse en un taburete imaginario. Los pies quedan paralelos entre ellos y apuntan al frente. Las piernas flexionan formando entre la tibia y el fémur un ángulo de 90°, es decir los muslos quedan paralelos”. Información obtenida de: <https://institutoqigong.com/cuerpo/mabu/>

clase hubo participación de aproximadamente 14 personas de distintas edades y la dictó el maestro Rodrigo, quien también comenzó con calentamiento y movilidad corporal, trote alrededor del parque y algunos ejercicios de estiramiento y flexibilidad. Para los ejercicios de flexibilidad de piernas se trabajó con una misma pareja, luego se pasó a la división del grupo según el avance de cada uno y ahí trabajé la forma más básica del Wushu mediante secciones que me enseñaba el alumno más avanzado. Finalmente, al terminar el entrenamiento le presenté al maestro lo que había aprendido y recibí las correcciones de postura correspondientes.



Foto 3. Realización de formas distintas en Wushu Kung Fu con Yazmín.

Durante el entrenamiento con Yazmín, los estímulos de alrededor eran bastantes. La concentración en la clase fue fundamental para atender a las explicaciones y ejemplos del maestro a cargo. Me percaté de la flexibilidad de las piernas con la que se debe trabajar durante todo el entrenamiento, a la que yo no estaba acostumbrada. Además, pude sentir un poco el movimiento de la energía de la que se habla en la concepción del cuerpo oriental al realizar una forma.

Las experiencias que tuve en los entrenamientos fueron muy enriquecedoras para la investigación y también para la relación con las mujeres practicantes de Kung Fu. La apertura de todas nosotras durante los entrenamientos permitió que ellas también pudieran conocerme

a través del cuerpo y la técnica que llevo conmigo desde mi práctica del Ving Tsun. Esta última, es un arte marcial que tiene como objetivo la defensa personal a una distancia corta. Para este objetivo se aplica el principio de ataque y defensa al mismo tiempo, lo que minimiza al máximo el uso de la energía. Su práctica consiste en trabajar, puños, patadas, defensas y diferentes aplicaciones en combate. Como parte del entrenamiento la relajación del cuerpo es fundamental, de esta forma se trabaja la utilización de la estructura del cuerpo más que el desarrollo de la fuerza física. Posee distintas formas que no se basan en la expresión de distintos animales, sino más bien secuencia de movimientos con aplicaciones para el combate. Además, contiene algunas formas con la utilización de armas como los cuchillos dobles y el palo largo.²³

Durante los entrenamientos realizados con las mujeres practicantes y sus compañeros y compañeras de práctica, fue importante para reflexionar acerca de los movimientos corporales y entender de cerca la trayectoria de cada una de ellas. Me di cuenta de las diferencias y similitudes entre los estilos de Kung Fu de Estela, Nicole, Yazmín y también del mío. El contacto corporal fue mayor en el entrenamiento de Jip-Do con Nicole, al realizar las técnicas de ataques y defensas en puños y patadas. En los entrenamientos de Estela y Yazmín, el contacto corporal fue menor, sin embargo, la flexibilidad, las acrobacias y los saltos, fueron mayores. Pude observar la manera en que cada una de las mujeres practicantes se apropiaba del espacio de manera distinta, que se expresaba a través del cuerpo. Esto me llevó a entender cómo las emociones y los afectos se entrecruzan durante la práctica y cómo se relacionan al contacto con los otros cuerpos en el *hacer*. La implicancia de la realización del entrenamiento en conjunto con cada una de ellas me llevó a encontrarme con nuevos movimientos, pero también con recuerdos de experiencias corporales y situaciones del pasado, donde algunas de ellas me trasladaron a diferentes recuerdos relacionados con las emociones y lo afectivo. Durante los entrenamientos realizados, debo destacar que no hubo ningún intercambio económico entre los maestros, las informantes y yo.

La metodología de los *diálogos corporales*, abrió una posibilidad de compartir, sentir, expresar, emocionar, a través del cuerpo. Para lograr la cercanía es necesario disponer la corporalidad como investigador/a, con una apertura a los movimientos de los otros cuerpos

²³ Información obtenida desde <https://www.euston96.com/wing-chun/>

sin jerarquizar los movimientos propios integrados. Además, esta disposición involucra todos los sentidos para estar atenta/o a los estímulos del entorno y a los nuevos movimientos corporales. El respeto, la confianza y la apertura, son componentes fundamentales que deben existir entre investigador/a e informantes, para un desarrollo fluido de los diálogos corporales. Parte de los hallazgos en la utilización de esta metodología fue que el acceder a aquello que no se puede poner en palabras es necesariamente corporal. Es importante generar durante los *diálogos corporales* un espacio de encuentro de los cuerpos, abrirse como investigador/a a otros sistemas de movimiento y permitir la entrada de aquellos que nos entrega el/la informante. En el transcurso de los *diálogos corporales*, la apertura del cuerpo permite agregar la sorpresa como elemento, al igual que la escucha atenta y la calma ante los nuevos estímulos. Es un trabajo de confianza entre ambas partes, porque no solamente se comparten movimientos, sino también olores, sudor, cercanía corporal, contacto físico, miradas, etcétera. Hay una entrega y un intercambio que posteriormente permite llevar a la escritura aquello que se expresa con el cuerpo.

Como conclusión a este capítulo, presenté la propuesta metodológica con la que se aborda mi investigación, donde en el apartado de “Ocho años de camino marcial nómada”, explico el surgimiento de los cuestionamientos que me llevaron a profundizar en el conocimiento de las artes marciales y de las mujeres. La utilización de la metodología feminista, las estrategias metodológicas basadas en la teoría fundamentada, y la participación observante en los *diálogos corporales*; me han permitido una amplitud al momento de realizar el trabajo de campo y del posterior análisis. Junto con ello, ha sido posible captar la profundidad de las subjetividades, la intensidad de los movimientos corporales y la movilidad en los distintos espacios de las mujeres practicantes de Kung Fu, a través de las entrevistas autobiográficas narrativas y la participación observante. La metodología feminista ha sido fundamental para acechar de manera constante mi posicionamiento como investigadora y practicante de Kung Fu, al tiempo que rescato y visualizo la importancia de las mujeres participantes de este estudio y sus propias experiencias, expresadas a través del relato y los movimientos corporales. Tener en cuenta los conocimientos situados a cada momento, y entender que no existe neutralidad en la investigación ha permitido un acercamiento genuino a las informantes al momento de invitarlas a participar de la investigación, así como también ha posibilitado el experimentar diferentes *diálogos corporales* en una práctica conjunta,

donde se respetan y se entienden los espacios y movimientos. De esta forma, existe una interacción distinta para la aplicación de los conceptos que guían mi investigación.

Capítulo IV. Los caminos corporales del Kung Fu

En este capítulo se presenta la codificación y análisis de algunos de los hallazgos encontrados. Para el análisis se utilizaron las categorías guía de *procesos subjetivos*, *procesos de configuración corporal* y *contexto de práctica*, en las cuales no existe una división, sino más bien una unión, donde se complementan. Además, se incluyen los apartados de: “Haciendo cuerpo” —que recorre la construcción del cuerpo y la manera en que ha afectado a las mujeres practicantes de Kung Fu—; “Violencias, vida cotidiana y espacios” —donde incluyo las distintas violencias que han vivido las mujeres de este estudio y su relación con los espacios y la movilidad en la Ciudad de México—; “Cuerpo afectado, cuerpo emocionado” —explico la forma en que los afectos y las emociones han transitado por la práctica de Kung Fu de las mujeres—, y “Unión profunda, prácticas en conjunto” —donde detallo los hallazgos encontrados durante los entrenamientos realizados con las mujeres en sus distintos estilos de Kung Fu.

4.1. *Haciendo cuerpo*

La construcción de lo femenino y de lo masculino está dentro del proceso que West y Zimmerman (1990) denominan *hacer género*, el cual considera que a medida que pasa el tiempo se establecen diferencias no naturales entre niñas y niños, hombres y mujeres. Estas diferencias comienzan desde edad temprana y se refuerzan a través de comportamientos y acciones que marcan los cuerpos de forma constante, que crean oposiciones que se fortalecen en una sociedad y en un contexto determinados.

Los cuerpos se moldean a través de instituciones como la escuela, mediante interacciones sociales con otras personas, donde las diferencias entre lo femenino y lo masculino comienzan a surgir con las prácticas diarias en distintos ambientes, y es en estas prácticas que existen restricciones de actividades o aceptación de otras, que dependen si alguien es niño o niña (Jordan, 1999).

En el caso de las entrevistadas, el Kung Fu llegó a sus vidas durante la adolescencia y a la edad adulta, por lo que sus cuerpos no estaban vacíos de prácticas corporales y deportivas que las marcaron de diferentes maneras. En este sentido, es importante tener en cuenta lo que Olga Sabido señala: “En la interacción nuestro cuerpo siempre es vulnerable en la medida en que no es algo *dado* y constituido desde el nacimiento sino que *vamos haciendo cuerpo*”

(2012, p. 189). Desde esta perspectiva se asume que los cuerpos de las mujeres entrevistadas llevan consigo aprendizajes de movimientos, gestos, posturas y formas de sentir que son anteriores al entrenamiento de Kung Fu. Al ser este último una práctica que requiere de una disciplina constante a través de movimientos y secuencias que se repiten, permite un encuentro con el cuerpo desde diferentes perspectivas y en el caso de las entrevistadas, ha generado diferentes cambios en la manera en que ellas sienten y ven su propio cuerpo.

Las exigencias de lo que debe ser un cuerpo femenino han calado en todas las entrevistadas en determinados momentos de su vida y provocan trastornos como la anorexia, la dismorfia corporal y la necesidad de bajar de peso, donde se considera al cuerpo como algo defectuoso que requiere de ciertas prácticas para mejorar. Esta búsqueda de un cuerpo delgado que se impone a las mujeres, al menos en Occidente, viene de la mano con que al adelgazar habrá una admiración y reconocimiento por parte de los demás (Tinat, 2019).

Sin embargo, luego de haber comenzado la práctica de los distintos estilos de Kung Fu de las mujeres entrevistadas, existe un cambio paulatino en la forma en que perciben su propio cuerpo:

en un punto yo dije ¿cómo se reduce la línea de la espalda o cómo tener piernas delgadas?, pero no tenía tiempo ya para preocuparme tanto por eso porque ya cada vez importaba menos mi aspecto físico [...] convirtiendo menos de cómo se ve mi cuerpo a qué le beneficia más a mi arte marcial; si quiero saltar más, entonces qué ejercicio de pierna, no qué pierna me va a hacer, sino qué ejercicios hago para saltar más, y ya dije: es que yo quiero saltar más, o qué ejercicio va a fortalecer mi tobillo [...] pues a mí no me sirve de nada tener un cuerpo así de mujer [...] pero yo decía: necesito la fuerza de brazos, necesito pararme con... poderme cargar con los brazos [...] entonces poco a poco la preocupación fue cambiando a lo que me beneficia, entonces ahorita te digo que todo me encanta... y hasta hay cosas que quiero exagerar más porque ya se acomodan más a lo que hago y porque me dan resultados en mi arte marcial, entonces mi cuerpo ahora refleja eso [...] entonces mi cuerpo dejó de ser algo simplemente para enseñar, sino de lo que puedo hacer con él, me da mucho orgullo... entonces... ese fue un cambio muy padre porque me acuerdo que antes, en la prepa y secundaria, horas decidiendo qué me iba a poner para verme bien, para no verme mal... para lo que sea, pensar mucho: ¿dónde hay un espejo?, porque pues necesito un espejo... pero dejar de pensar en eso fue un alivio, dejar de estar contando las calorías también fue un alivio [...] eso se fue con Shaolin... y se fue, precisamente, porque el

enfoque cambió de cómo me veo a qué puedo hacer, entonces eso es algo que les deseo a todos, en especial a las mujeres (Estela, Shaolin, 12/12/2023).

Hortensia Moreno (2011) señala que una mujer cuida “las apariencias” más que un hombre, por esto “se mira al espejo, se preocupa de cómo se ve; por eso reduce, le da forma, moldea y decora su cuerpo” (p. 20). Sin embargo, en el relato presentado anteriormente, se puede dar cuenta del cambio de perspectiva del propio cuerpo de Estela, de cómo es vista por los demás, a lo que ahora puede hacer con su cuerpo. Esta transformación, se impulsa con la práctica constante de lo que necesita su cuerpo para mejorar la técnica en su arte marcial.

Es en estos movimientos repetitivos y constantes que el cuerpo comienza a fortalecerse físicamente a distintos grados, lo que genera más confianza y más autoestima que las vividas anteriormente por las entrevistadas. Una de ellas señala:

creo yo que por eso me gusta pelear... poder demostrar que sí puedo, que sí valgo, que sí soy grande, aunque yo me sienta indefensa o dudosa de mí misma, insegura, es lo que me hace el arte marcial, sentirme segura. Entonces eso a mí me gusta, me gusta, me ha ayudado a nivelar las emociones, a saber dónde sí pelear, dónde sí decir... qué no dejas pasar, entonces sí me ha ayudado mucho (Nicole, Jip-Do, 16/01/2024).

HarmoniJoie (2009) señala que el entrenamiento de artes marciales puede afectar la vivencia del cuerpo en las mujeres y también la forma de defenderse frente a los demás por medio del aumento de la confianza y la seguridad. Estos cambios no solamente tienen que ver con el aumento de la musculatura en diferentes partes del cuerpo, sino que además existe un cambio en la postura corporal que incita a las mujeres practicantes a mantener y desarrollar las técnicas que se requieren en sus diferentes estilos de Kung Fu:

Yo tenía dos problemas muy grandes... con los hombros y la postura, porque siempre los tenía así [me muestra los hombros hacia arriba y en tensión] [...] ya después de haber practicado muchas formas, de repente mis hombros se fueron relajando, porque tenías que relajarlos para hacer las posturas. Yo veía fotos de las posturas y decía: ¡madre santísima!, ¡qué mal se ve! Y me acuerdo que hubo un tiempo que era de hombros, hombros, hombros, para las formas y me lo quitó... no sé si del todo, pero al menos ya no me preocupó de eso y ya no me veo con los hombros así... y la otra era la postura de encorvarse, igual las formas exigían mucho que te pares derecho y con estructura (Estela, Shaolin, 12/12/2023).

La exigencia de las posturas durante la realización de las formas requiere de movimientos corporales que producen cambios a nivel del cuerpo, que además inciden en la manera de estar en el mundo y de percibirlo. Por su parte otra entrevistada señala:

aquí cuando yo entré había un maestro que se llama Daniel y él me conoció [...] él me ve hoy que ya regresó y me dice: “tú eres otra, porque cuando yo te conocí eras callada... y tu vista siempre era al suelo y decías sí, no... o sea, te costaba mucho hablar y sí, ahorita ya te enojas, lo dices, lo expresas, hablas, dices, vas y vienes y así, tú cambiaste totalmente” (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

Los cambios en la postura corporal llevan a levantar la cabeza, aumentar el rango de visión, y a abrir el pecho para evitar encorvarse, lo que también posibilita enfrentar las situaciones que se presenten y manifestar los sentires a través de la expresión corporal. Y como señala Guzmán (2007) las piernas, los brazos, la cabeza, el torso, representan pasividad, seguridad o inseguridad, fortaleza, nervios, resignación, etcétera. Estos cambios en la postura motivados por el entrenamiento de Shaolin en Estela y de Jip-Do en Nicole, les han permitido un conocimiento de su propio cuerpo y de las habilidades que pueden desarrollar a través de la práctica de su arte marcial. Esto las incita al cambio de la percepción de su propio cuerpo, y a sentir las emociones y expresarlas mediante el habla y el cuerpo.

En el camino del Kung Fu, todas las mujeres participantes de este estudio han realizado entrenamientos mixtos durante diez años, aunque existen diferencias en la manera en que ellas perciben el contacto con sus compañeros varones. Al respecto Estela señala:

No he podido alcanzar a un hombre, yo he entrenado a muchísimos hombres que vienen de repente a la clase y... veo que, con poco esfuerzo, veo cosas que a mí me costaron muchísimo tiempo o que naturalmente tienen esta fuerza en los brazos o que naturalmente muchos tienen esta facilidad para saltar o la fuerza de golpear, y entonces yo digo: ¡híjole!, yo llevo años entrenando y simplemente eso no, pues necesito algo más exhaustivo si quiero llegar ahí. Entonces, sí reconozco que hay dificultades en estar practicando un arte marcial como mujer. El tener una estatura más bajita sí ayuda a que las formas sean más fáciles, todas tenemos esa ventaja en su mayoría... y básicamente es eso, porque si tú te tienes que cargar, obviamente no tienes el músculo natural que tienen los hombres... pero sí necesitas muchos menos músculos de lo que podría requerir un hombre [...] y luego hay mucha gente que cuando yo empecé a ver estas cosas y a decir: mira, voy a hacer trabajar mi flexibilidad, luego la gente decía: ¡ah!, es flexible porque es mujer... hasta mis mismos compañeros y

yo: sí, pues sí... o... ella puede hacer ese salto porque no tiene que cargar el peso que yo tengo que cargar... o... ¡ah! Es que ella aguanta más en mapú porque sus piernas son más pequeñas que las mías y pues mira yo la pierna que tengo que cargar y mira la piernita que ella tiene que cargar [...] hay algunas acrobacias que no son fáciles y sí he escuchado que son particularmente más difíciles para una mujer... pero trato que no sea una excusa para poder lograrlo y ha sido la meta, y eso es algo que no pensaba obviamente cuando entré a practicar artes marciales y hoy en día lo tengo como una motivación (Estela, Shaolin, 5/12/2023).

Las diferencias corporales entre hombres y mujeres son vistas por Estela como algo natural, que ya está dado por las características anatómicas del sexo. Retomo aquí a Hortensia Moreno con la hipótesis de que “son las relaciones sociales las que producen determinadas configuraciones corporales” (2011, p. 10); es decir, la manera en que se va *haciendo cuerpo* parte desde movimientos básicos (como gestos, actitudes, modales, etcétera) que pueden modificarse mediante regímenes alimentarios, indumentarias, accidentes, enfermedades, políticas públicas, diseños de espacios, procesos quirúrgicos, etcétera, que tienen que ver con la construcción del mundo social y siempre ocurren en interacción con otros. En el proceso generar diferencias entre niños y niñas, hombres y mujeres, se proyectan las diferencias como algo natural y fundamental que se traslada a un orden social y, por lo tanto, a *habitus* que actúan como “principios generadores y organizadores de prácticas y representaciones” (Bourdieu, 2007, p. 86). Una de las maneras en que se puede ilustrar esta idea de “diferencias naturales” está en los comentarios de los compañeros que minimizan y no reconocen el trabajo que existe para desarrollar la habilidad en la realización de un movimiento, y se justifica por la condición natural de ser mujer.

Al respecto de las diferencias entre hombres y mujeres en la práctica del arte marcial, Nicole señala:

Hubo un comentario de un maestro... que me ponían a pelear con las niñas y como que no se sentían con la confianza de poder pegar, y no pegaban bien, entonces el maestro me ponía con hombres y los hombres no me querían pegar porque era mujer... entonces el comentario del maestro [hacia los hombres] fue: “pégale, si no le pegas tú, yo te pego a ti”... entonces me empezaron a pegar y fue de... sí hubo momentos en los que quería chillar, pero dije no, o sea, no le voy a demostrar que me duele, tengo que demostrarle que sí puedo y mi mentalidad es que me digan: ¡ah, ahí viene Nicole!, ¿no?, ¡sí va a estar bueno!, en vez de

que me digan: ¡ah! me tocó con Nicole... esa es como mi motivación, que me vean como su igual o un poco más en cuestión de hombres, porque sí, hay muchos que no entran [a la pelea] por lo mismo... de que te van a lastimar [...] yo creo que tiene que ver mucho con la educación que traen desde casa, ¿no? Yo creo que cuando pisas el área te vuelves un compañero más y ya, no existe el género [...] creo que todos somos buenos para algo, no creo que tenga mucho que ver, más bien todos somos buenos para algo, hay unos que son muy buenos en acrobacia y yo de plano no, me cuesta mucho pero lo hago, no digo que no. Entonces creo más bien que tiene que ver con habilidades (Nicole, Jip-Do, 16/01/2024).

En esta situación se clarifican las jerarquías dentro del espacio de práctica y también de los códigos entre hombres de aceptar la instrucción de practicar con una mujer cuando viene de alguien con mayor autoridad. Asimismo, se perpetúa el desarrollo y mantenimiento de una masculinidad hegemónica con cualidades de heterosexualidad, fuerza, ego y competencia (Follo, 2012). En este relato también se evidencia cómo el discurso de género atraviesa el cuerpo de hombres y mujeres, a través de actos que implican un posicionamiento binario (mujer/hombre) expresado mediante el cuerpo (Moreno, 2011). Al respecto, Nicole no atribuye diferencias físicas al momento de la pelea, sino más bien al reconocimiento de las habilidades que pueda tener cualquier persona que entra al área de combate. Sin embargo, considera que la creencia de las diferencias físicas entre hombres y mujeres tiene que ver con la educación.

En estos espacios mixtos de entrenamiento se generan contradicciones, discusiones, tensiones y choques con respecto a las ideas, los comportamientos y las características relacionadas con lo femenino y lo masculino. En esta línea, Channon y Jennings (2014) plantean que estos grupos mixtos tienen potencial para subvertir las normas patriarcales, debido a que permiten transformar las subjetividades por la experiencia de entrenar con personas del sexo opuesto. Retomo a Giovanna Follo, quien afirma que “las practicantes mujeres desafían la esencia de la feminidad enfatizada y la masculinidad hegemónica” (2012, p. 712), y no solamente por desafiar las normas de género, sino también porque aprenden a cuidarse y a protegerse a sí mismas, características tradicionalmente asociadas a lo masculino.

Se refleja en los relatos de las mujeres entrevistadas que las diferencias que ellas reconocen en relación a sus compañeros, sirven como una motivación para superar barreras impuestas dentro del espacio de práctica. Esto motiva a Estela a realizar formas de Shaolin

Kung Fu consideradas “más difíciles para las mujeres” o en Nicole a querer demostrar las habilidades en el combate frente a sus compañeros y maestro.

Como pude evidenciar en este apartado, a medida que el Kung Fu se desarrolla en el cuerpo de las mujeres entrevistadas, también posibilita la generación de una reconstrucción a nivel subjetivo y corporal que puede llevar nuevas maneras de estar en, sentir y concebir el mundo. El estar *haciendo cuerpo* permite romper con la construcción femenina del cuerpo y los comportamientos y acciones asociadas a lo femenino, a través de transformaciones físicas evidentes y de cambios al enfrentar situaciones donde se minimizan el trabajo y el esfuerzo de las mujeres en el Kung Fu. Durante este proceso de transformación a nivel subjetivo y corporal, ocurren cambios en las perspectivas y cuestionamientos sobre lo que pueden (o no) hacer sus cuerpos, en términos de técnicas y combate; además, les permite motivarse y superarse constantemente durante los entrenamientos, al mismo tiempo que expresan sus sentires en estos espacios.

La práctica constante del Kung Fu permite fragmentaciones de lo que significa lo femenino y lo masculino, que se ha inculcado en los cuerpos de distintas maneras para mantener las diferencias entre niños y niñas, hombres y mujeres. De igual modo, da la posibilidad de un cambio paulatino en la forma en que las mujeres perciben su cuerpo, el cual ya no es un cuerpo femenino que se cultiva para ser mostrado a un/os otro/s, sino más bien, se cultiva para desarrollar y avanzar en las técnicas del Kung Fu. Además, el cambio en la postura corporal proporciona distintas perspectivas que abren paso al sentir de las emociones.

El estar *haciendo cuerpo* es un trabajo que no tiene fin, lo que posibilita la integración de prácticas como el Kung Fu que cuestionen los mandatos de género de manera repetitiva y constante.

4.2. Violencias, vida cotidiana y espacios

En este apartado, presento situaciones de violencia y miedos de las mujeres practicantes ocurridos en algunas etapas de sus vidas, así como también en su vida cotidiana y en sus posibilidades de movilidad en los espacios que frecuentan. Estas violencias y miedos se enmarcan dentro del contexto de vida de la Ciudad de México, donde para el año 2021 el 76.2% de las mujeres de 15 años o más han experimentado algún tipo de violencia (psicológica, física, sexual, económica o patrimonial) a lo largo de su vida (INEGI, 2021).

Como señalaba en capítulos anteriores, dentro de las características del Kung Fu existe la defensa personal; sin embargo, hoy en día no todos los estilos de este arte marcial incluyen la defensa personal como pilar fundamental durante sus prácticas. Tal es el caso del Shaolin Kung Fu que practica Estela y del Wushu Kung Fu que practica Yazmín, donde ambas realizan repeticiones de secuencias de diferentes movimientos a través de distintas formas. Si bien es cierto que, conocen movimientos para la defensa personal física, no es el objetivo principal de su práctica. Por otro lado, Nicole sí tiene conocimientos en defensa personal física producto de su práctica de Jip-Do y, de vez en cuando, participa en combates con sus compañeros y compañeras durante los entrenamientos.

Es importante destacar que, el establecimiento de las distancias con respecto a otros cuerpos, es cultural, pero también están marcadas por las sensaciones percibidas por los sentidos. Hall (1976) reconoce cuatro tipos de distancia en los espacios, la *íntima* —donde la cercanía es tal, que hay una afluencia de datos sensorios como el calor del cuerpo de la otra persona, el olor, el aliento, etcétera—; la *personal* —donde hay una separación entre un cuerpo y otro, que no establecen contacto físico—; la *social* —distancia de un metro a tres metros entre los cuerpos—; y la *pública* —fuera del círculo afectivo personal, a cuatro o más metros de distancia entre los cuerpos. Cabe destacar que estas distancias están elaboradas de acuerdo a la sociedad occidental. En esta línea, Nicole relata la aplicación de técnicas de Kung Fu en el espacio público:

Era de día [...] entro a una calle yo para acortar camino y fue cuando sentí, sentí que me jaló del brazo, volteo y traía algo en la mano, creo que era un cuchillo, la verdad no vi bien, pero traía algo en la mano y me quiso jalar mi mochila, entonces yo forcejeo con él, él se va de frente a mí por la fuerza y lo único que hice fue empujarlo como tipo Tai-Chi,²⁴ entonces lo agarré del abdomen, costilla y aventé y lo azoté con un poste de luz que había, entonces lo azoté, se cayó y yo me fui [...] la otra fue un agresor en el metro, venía en el metro, se estaba arrimando mucho a mí y lo que hice fue igual, el voltear, el empujar, se azotó con la puerta y ya pues nos dijimos de cosas y me salí del metro (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

No obstante, la defensa personal no solamente se refiere a la utilización de golpes para frenar a un posible atacante, sino que también tiene que ver con una reacción frente a la disminución

²⁴ Otro tipo de arte marcial china de la que ella tiene conocimiento.

de la distancia *personal* a la *íntima*, y de calcular los riesgos en determinada situación para actuar de forma verbal, emocional o física. Al respecto, Yazmín relata que golpeó una vez a un acosador en el metrobús y en otras ocasiones se ha defendido verbalmente. Estela por su parte señala:

No me gusta que un hombre me toque; si hay alguien, si estoy con un amigo y de repente se tocan los codos, yo soy de las que me abro para acá porque me incomoda mucho [...], que te pongan la mano aquí [muestra su hombro izquierdo con la mano] ¡ay!, ¡cómo les gusta a los hombres ponerte la mano aquí cuando estás en tu escritorio! Y luego igual en el trabajo yo decía: por favor, soy la payasa de la empresa, sí, sí soy payasa, soy muy especial, ajá llámame como quieras, pero a mí no me tocas (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

Estela no practica Kung Fu para la defensa personal, pero aún así es capaz de responder ante situaciones de acoso, reconocer sus sentires con respecto a su cuerpo y los límites que establece ante el acercamiento de personas con intenciones dudosas, a su distancia *íntima*. Es decir, en las mujeres practicantes, existe una consciencia de las distancias y los límites que marcan el contacto con los otros cuerpos, lo que les permite reaccionar de diferentes maneras de acuerdo a las situaciones.

En relación a los espacios públicos de la Ciudad de México en la que viven las mujeres entrevistadas, estos están marcados por miedos y violencias. Paula Soto (2012), recalca que el género es un factor que se reconoce como algo que incide en la movilidad de la zona urbana, lo que afecta a las mujeres de manera diferenciada en los traslados cotidianos. Además, las estadísticas en la Ciudad de México al año 2024 indican que la percepción de inseguridad de las mujeres en el transporte y espacios públicos es de 85.9%, lo que la posiciona por encima del promedio nacional (77.3%) y superada solo por el Estado de México con un 90.0% (SIESVIM, 2024). En este sentido, una de las entrevistadas relata:

Me muevo en coche... hubo un momento en el que me movía en combi, pero fue muy poco durante mi universidad... y cuando lo hacía, obviamente yo con mi súper chamarra... si hay algo que mis papás hicieron fue llenarme la cabeza de ideas de: “te pueden secuestrar, te pueden violar, te pueden matar, ¡cuídate!”, etcétera. Entonces eso no estaba lejos de mi mente, era lo primero que yo pensaba, así de: ¿cuál de estos es el violador? ¿quién me está viendo?, ¿quién me va a hacer algo?, ¿quien va...? yo siempre me vi como un premio para ellos, de: soy mujer y ellos me ven como un premio... entonces no bajas la guardia pero ningún segundo bajas la guardia, no la bajas, no la bajas... entonces no fue mucho tiempo

afortunadamente, y luego luego ya tuve mi coche, y desde entonces todo ha sido en coche (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

En este relato retomo a María Díaz, Juana Rodríguez y Ana Sabaté quienes afirman que los miedos y peligros asociados al espacio público en mujeres, responden a aprendizajes donde:

Los padres instalan en sus hijas un sentimiento de vulnerabilidad en el espacio público, que se reforzará posteriormente con la alimentación constante de noticias procedentes de los medios de comunicación y de amigas o conocidas (1995, p. 299).

De esta forma, se restringe el movimiento de las mujeres en el espacio público y, a medida que ellas crecen, estos miedos cambian de forma y se sustentan a través de las relaciones sociales. Producto de estos miedos, se construyen distintas estrategias para enfrentarlos:

Yo siempre estoy así de... o sea, siempre hay alguien o me imagino que hay alguien dispuesto a raptarme, entonces vamos a tener cuidado [...], no voy sola a muchos lugares y si voy sola a un lugar, es porque conozco a alguien en ese lugar, o porque sé que va a haber un buen estacionamiento o demás... en ese sentido siempre he sido muy... pues muy miedosa... muy miedosa, te digo que si hay un miedo que yo tengo, es precisamente que algo así ocurra... y... tomo muchísimas precauciones para que no ocurra [...] reviso un mapa antes de ir, o sea, me aprendo la ruta para que no tenga que ir por otras rutas, o veo que no vaya por una calle muy peligrosa, incluso aunque esté arriba del coche, pues es un poco de: ¡ah!, pues sacar la chamarra o algo, o estar avisando: voy a llegar en exactamente 40 minutos, entonces tú chécalo... o en general ya no voy sola, no camino sola. En la calle... y si camino sola es de día o es una calle que yo conozco (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

Ante la existencia de este miedo de ser violentada en el espacio público, Estela adopta una serie de estrategias que tienen que ver con la ropa que utiliza, la revisión de las rutas adecuadas para transitar en coche o simplemente evitar salir sola al espacio público. Lo que coarta su rango de movilidad en la ciudad y la limita de ir a ciertos lugares. Por otro lado, la violencia digital también ha estado presente en uno de los relatos de las mujeres entrevistadas. Dicha violencia produjo el cambio de su espacio de entrenamiento. Yazmín relata:

empezó mandándome inboxes [mensajes a través de una red social] y que a partir de él no le contesto a nadie... pero él fue mas allá: “veo que haces Wushu”, o sea, me enganchó por lo del Wushu y el teatro y la poesía... “he visto tus fotos, he visto algunos videos” [...] y ya empezó a escribirme poemas y me los mandaba... y yo, así como que: ¡ay no! No, no, no,

y cada vez empezó a stalkearme²⁵ más con poemas, con invitaciones, con: “ya fui a verte a tal teatro”... y justo en mi última temporada en el teatro, me dio mucho miedo, me dio mucho miedo te lo juro porque [...] yo no le conozco la cara a este cabrón y este cabrón ya me domina... y justo la última temporada a mí me daba miedo ver al público... y lo que me hizo ir a la delegación fue que yo antes daba clases en el Bosque de Chapultepec, fue mi primer grupo y de pronto veíamos a un chavo... tapado con gorra, con sombrero, que nos veía mucho [...] y todos: “¿qué onda este chavo?” [...] y un día, se acerca y me pide informes... y yo, así pues, como que le doy informes, pero no sé qué y en chinga dije: ¡es este hijo de puta! [...] por otro lado me stalkeaba un chingo en redes, y yo ya empezaba a sabotearlo, a ya no contestarle, a contestarle mal; y entonces por esa reacción él vino a mi clase... y se acerca, me pide informes... y me dio un chingo de miedo, y de hecho él hizo que yo cambiara, o sea, siempre hacía clases ahí y de ahí fue cuando ya me moví al parque España, les dije a mis alumnos: “ya no más aquí” (Yazmín, Wushu, 26/04/2024).

El acoso cibernético ocurre a través de tecnologías digitales y, en este caso, fue a través de mensajería de redes sociales y teléfono móvil; el objetivo es atemorizar, amenazar e intimidar.²⁶ En México según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 9.7 millones de niñas y mujeres de 12 años y más han sido afectadas por el ciberacoso durante el año 2023.²⁷ Con el uso de la tecnología digital e internet ha aumentado este tipo de violencia al ser un espacio anónimo, asequible, impune y con responsabilidad limitada.²⁸ La violencia del mundo cibernético que vivió Yazmín repercutió en su vida cotidiana, en sus entrenamientos de Wushu, en sus eventos de teatro y también en la comunicación a través de redes sociales con otras personas. Este tipo de violencia lleva a reacomodar la utilización de los espacios que se vuelven inseguros, lo que limita los movimientos urbanos y la comunicación digital con otras personas, y produce una inseguridad constante que se siente en el cuerpo.

Vuelvo a la hipótesis de Hortensia Moreno (2011) mencionada anteriormente, donde las configuraciones del cuerpo se realizan mediante las relaciones sociales. Es decir, a medida

²⁵ Concepto que se refiere a la revisión de publicaciones de otro usuario en una red social, algunos dan a conocer lo que se hace y otros lo utilizan para intimidar. Información obtenida desde <https://definicion.de/stalkear/>

²⁶ Información obtenida desde: <https://www.unicef.org/es/end-violence/ciberacoso-que-es-y-como-detenerlo>

²⁷ Información obtenida desde: <https://mexico.unwomen.org/sites/default/files/2024-12/BriefViolencia2024.pdf>

²⁸ Información obtenida desde: <https://mexico.unwomen.org/sites/default/files/2024-12/BriefViolencia2024.pdf>

que se enfatizan las diferencias entre niños y niñas, hombres y mujeres, a través de comportamientos, acciones, etcétera, que repercuten en el cuerpo. También podemos agregar la diferenciación de los espacios que se frecuentan y que se consideran diferencialmente adecuados ya sea para hombres o para mujeres. Estas diferencias son plasmadas a partir de la infancia de distintas maneras, “entre las que los diferentes juegos y actividades físicas permitidas a niños y niñas constituyen un factor relevante” (Gilmartin y Patton, 1984; citado en Díaz *et al.*, 1995, p. 293). De esta forma, amplían las diferencias a medida que se crece. En el caso de las mujeres:

Al llegar a la adolescencia, y mientras el radio de acción de los muchachos continúa expandiéndose, el acceso de las chicas al espacio se constriñe, reduciéndose a los lugares más cercanos al hogar (Díaz *et al.*, 1995, p. 292).

A esto, Edward Soja (2008) señala que las acciones que realizamos y los pensamientos que tenemos, modifican nuestros espacios, y nuestros espacios también inciden en nuestras acciones y pensamientos, lo que modela la vida urbana. Además, los espacios también están permeados por la evocación de sensaciones y emociones pasadas y presentes; es decir, en el *contexto de práctica* también se incluyen los espacios que producen comodidad o incomodidad, lo que también puede sufrir transformaciones debido a las experiencias vividas en esos espacios (Massey, 1992). Además, a esto se suma la cantidad de feminicidios ocurridos de 2019 a 2024 solo en la Ciudad de México que corresponden a 427 (Fiscalía General de Justicia, 2024), lo cual también incide en la percepción de inseguridad de las mujeres en los espacios públicos y afecta la movilidad en ellos.

Otra violencia a la que han estado expuestas dos de las mujeres practicantes de Kung Fu ha sido la violencia sexual en la infancia. Cabe destacar que, según las estadísticas de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE), en México existen más de 4.5 millones de niños, niñas y adolescentes que han padecido abuso sexual (Senado de la República, 2024). Una de las mujeres practicantes relata lo ocurrido a los siete años en la casa de unos familiares, donde el sobrino adolescente, como parte de un juego de pelota, hace que ella ingrese a su cuarto y la viola. En este proceso de saber lo que ocurrió a esa edad en relación a su cuerpo, Nicole elabora:

Yo me sentía diferente, mi cuerpo lo sentía como que no era mío, es raro, como que yo me veía en el espejo, y como que: “no soy yo” ... no sé, es raro. Y dejé de notarlo conforme fui creciendo (Nicole, Jip-Do, 30/01/2024).

Nicole al crecer comenzó a descubrir y sentir más su cuerpo, lo cual se acentuó con el comienzo de la práctica de Kung Fu a los 19 años, y hoy siente que la práctica de su arte marcial la ayudó:

A ser más segura... porque tengo mucha, mucha, mucha, seguridad y confianza de mí cuerpo, de cómo lo manejo, de cómo me siento, y de poder decirle a las niñas [sus hijas], esto está mal, esto está bien (Nicole, Jip-Do, 30/01/2024).

La vivencia de violencia sexual en la infancia tiene repercusiones en la manera en que se percibe y siente el cuerpo y provoca diferentes disociaciones en él. Sin embargo, se produjo en Nicole una conexión en su cuerpo con una atención corporal y al entorno, lo que le permitió reaccionar ante la disminución de la distancia *personal* a *íntima* en un asalto en la vía pública y un acoso en el metro, estas reacciones son producto del entrenamiento constante de Kung Fu. En este sentido, el entrenamiento en artes marciales genera oportunidades para contrarrestar la vulnerabilidad que podrían haber encarnado debido a la violación o a asaltos (Thompson, 2014).

En este apartado, presenté algunas de las distintas violencias que las mujeres participantes de este estudio han vivido, además de la movilidad en los espacios públicos, la consciencia de las diferentes distancias, los miedos ante posibles situaciones de violencia y algunas estadísticas del contexto mexicano. De acuerdo a lo presentado, puedo constatar que, si bien es cierto que no todas practican un estilo de Kung Fu especializado en defensa personal física, todas han adquirido más confianza, más autoestima y más seguridad para defenderse y reaccionar ante situaciones que invaden su distancia *personal* e *íntima* con desconocidos. Nicole, que vivió un asalto en la calle y un acoso en el metro, utilizó técnicas de su arte marcial para reducir a sus atacantes.

La existencia de miedos hacia la violencia contra las mujeres que se producen en las tres practicantes está marcada por el contexto mexicano en el que han sido criadas y en el que se encuentran actualmente. Las estadísticas indican una alta percepción de inseguridad en el transporte y espacios públicos y un alto porcentaje de mujeres que han vivido algún tipo de violencia en su vida. Además la gran cantidad de mujeres asesinadas en la Ciudad de México

produce inseguridad no solamente para la movilidad en los espacios públicos y su traslado hacia ellos, sino también dentro de los propios contextos en los que viven.

Los aprendizajes inculcados durante la infancia y la adolescencia respecto a los miedos y las violencias, lleva a evitar salir a la calle y a la restricción del movimiento en el espacio público, además, de buscar distintas estrategias para reorganizar los movimientos urbanos. En esta línea, las violencias vividas en el mundo cibernético tienen repercusiones en el cuerpo y en el andar urbano, lo que llevó a una de ellas a dejar el espacio del Bosque de Chapultepec para realizar sus clases de Kung Fu. Es decir, se produjo en Estela y Yazmín un retraimiento hacia espacios conocidos, lo que reduce el rango de expansión urbana, marcado por el género y las violencias. Además, existe una transformación de estos espacios, ya que se permean de otras sensaciones y emociones, que repercuten en el cuerpo (Massey, 1992), y lleva a evitar la movilización por lugares que antes eran seguros y conocidos.

Finalmente, las experiencias de abusos sexuales infantiles han pasado por un proceso de *configuración corporal* a partir de la práctica de Kung Fu, la cual ha posibilitado un cambio que se expresa en un conocimiento y seguridad corporal. El cuerpo, al no ser un destino fijo ni rígido (Moreno, 2011), sino más bien un lugar que se desarrolla durante el transcurso de la vida, da la posibilidad de configurar y cambiar patrones adquiridos en épocas tempranas.

De acuerdo a lo presentado anteriormente, la práctica constante del Kung Fu en las mujeres entrevistadas, permite visualizar la amplitud en la que pueden actuar los beneficios de la práctica del arte marcial reconocidos por las mujeres, lo cual las ha llevado a estar más atentas y conscientes a los sentires de sus cuerpos.

4.3. Cuerpo afectado, cuerpo emocionado

En este apartado, los hallazgos encontrados se encuentran relacionados con los afectos, las emociones y lo sensorial. Si bien es cierto que no ahondo en la discusión del giro afectivo o del giro sensorial propuesto por distintos autores y autoras, utilizo algunos conceptos que forman parte de ambos giros.

A continuación, doy a conocer los inicios de la práctica del Kung Fu en las mujeres practicantes y el cruce con los afectos y emociones que eso significa, la profundidad del sentir

más allá de los movimientos corporales y algunas de las emociones por las que han transitado en esta trayectoria de diez años.

La práctica del Kung Fu para cada una de las mujeres practicantes ha sido en diferentes contextos y lugares; sin embargo, todas están atravesadas por los afectos, las emociones y el sentir en el cuerpo. Aquí retomo a las autoras Priscila Cedillo, Adriana García y Olga Sabido (2019) quienes señalan la existencia de un “cuerpo que se intersecta con procesos cognitivos y emocionales y con la capacidad del primero para afectar y ser afectado” (pp. 24-25). Estela, al inicio de la práctica de Kung Fu, relata que a los 18 años, cuando cursaba la preparatoria, buscaba alguna disciplina qué practicar, después de haber realizado entrenamientos en gimnasio y en hip-hop dance. Así llega a Parkour.²⁹ En sus palabras:

un amigo me dijo que había clases de otra disciplina, se llama Parkour en un parque, y los maestros también daban Shaolin, pero daban Shaolin en un horario diferente. Y es que yo congenié con ellos principalmente, entonces eventualmente me pasé de las clases de Parkour a Shaolin. Y es que una vez probando Shaolin, yo tenía algo de flexibilidad... y considero que siempre tienes que tener un gancho a la hora de que te quieres meter a una nueva disciplina, ya sea que destagues en algo... en mi caso yo tenía una ventaja que era la flexibilidad, y me gustaba tener ese lugar donde brillara, aunque sea al estirar, pero donde brillara lo que yo tenía. Entonces, me llamaba mucho más la atención eso que Parkour, y además me pareció algo mucho más profundo que Parkour. Entonces decidí cambiarme a Shaolin y desde entonces siempre ha sido con los mismos maestros... realmente estoy muy relacionada con la relación de amistad y de noviazgo que tengo con uno de los maestros de Shaolin, y ahora ya, en vez de ser mis maestros, ahora somos compañeros y entrenamos juntos con otro maestro (Estela, Shaolin, 05/12/2023).

Para Estela, el grupo de Shaolin es su primer espacio social no permeado por la relación con sus hermanas y le permite un reconocimiento claro de su habilidad de flexibilidad, que no había obtenido en otros lugares. Además, este proceso está marcado por la relación de amistad y noviazgo con uno de los maestros al pasar aproximadamente un año de práctica; hoy en día recalca que son compañeros. Yazmín, por su parte, siente una conexión intensa al ver la práctica de Kung Fu en un espectáculo de teatro:

²⁹ Disciplina que se dedica a recorrer ciertos obstáculos en la ciudad utilizando habilidades como la agilidad, la velocidad, la fuerza, la coordinación y la creatividad. Información obtenida desde <https://www.redbull.com/mx-es/que-es-el-parkour-consejos-principiantes>

Mi acercamiento al Kung Fu surge en el 2012 cuando me invitan a ver un espectáculo que se llamó Sutra, de un bailarín muy famoso [...] me invitan a ver este espectáculo, me dicen nada más que es con monjes tibetanos, así, así me lo vendieron [risas], y yo desde esa premisa... me llamó mucho la atención porque dije: “a ver, danza con monjes tibetanos”. Se me hizo muy exótico y dije: “¡ay pues claro vamos a verlo!” [...] Llegamos a Bellas Artes y de pronto empiezan a salir estos monjes de Shaolin... yo no conocía, o sea, yo no sabía lo que era Shaolin honestamente... y veo a estos monjes y dije: “no, estos no son monjes tibetanos” pero... inmediatamente me cautivaron muy cabrón, o sea, en cuanto empezaron a salir sentí una conexión muy fuerte en el estómago... y creo que sí fue de las cosas que más me impresionaron escénicas que he visto en mi vida de manera inmediata [...] a nivel conexión y sensación no me ha pasado algo igual [...] Y ya termina Sutra, salgo fascinada, y al día siguiente entré a internet a buscar escuelas de Kung Fu... y me salió una escuela que en ese entonces me quedaba muy cerca y dije pues ahí, y así empecé (Yazmín, Wushu, 27/03/2024).

Al asistir a la obra de teatro con monjes Shaolin, Yazmín decide buscar escuelas de Kung Fu cercanas a su domicilio y comenzar su práctica. Solo asiste durante seis meses, ya que las conductas y comportamientos de las personas que integraban ese espacio no eran agradables para ella, por lo que empieza su práctica con otro maestro. Además, ella siente de manera intensa en su cuerpo la sensación de asombro al ver a los monjes Shaolin. Nicole, por su parte, da sus inicios en el Kung Fu muy cercanos a su familia de origen. En sus palabras:

Tengo un tío que es un maestro de aquí, el director de la escuela, el cual pues siempre he visto que viaja o que viajaba a China... y para mí era como algo interesante porque vengo de una familia muy tradicional, en la que las mujeres es: te casas y a la casa y hasta ahí [...] si haces algo más descuidas y está mal. Y el hombre tiene que ser el que dicta, manda y ordena. Entonces para mí eso era como... yo quiero hacer algo así, yo quiero viajar, quiero conocer, quiero saber que hay más de aquí [...] mi mamá trabajaba con él haciendo la limpieza en la escuela, y un día decidí venir a ayudarlo y me gustó ver las clases de la mañana... y mi curiosidad fue: yo quisiera hacer eso porque... yo veía que se cansaban y sudaban y gritaban a veces y yo dije: yo quiero intentarlo, a ver si puedo... y ya de ahí no lo solté. De ahí empecé y... me gustó, me gustó el exigirme como mí misma, qué es lo que puedo hacer (Nicole, Jip-Do, 16/01/2024).

Si bien es cierto que todas las mujeres de este estudio habían realizado prácticas corporales anteriores ya sea en deportes o en actividades relacionadas con el arte, sus cuerpos sentían y reconocían ciertas habilidades y placeres en los movimientos, que al encontrarse con el Kung Fu pudieron conectar de manera más cercana. En los inicios de la práctica de Kung Fu en las mujeres entrevistadas, existe una atracción al arte marcial producto de relaciones íntimas importantes para ellas como: un amigo, una pareja o un tío. Es decir, considerar el cuerpo como una entidad que no es fija, sino que se encuentra en relación con otros cuerpos, lleva a afectar y ser afectado por ellos. En estas relaciones con los otros cuerpos, “las emociones que se experimentan en el cuerpo [...] son resultado de una compleja interacción entre el organismo, el cerebro y la sociedad” (Cedillo *et al.*, 2019, pp.19-20). Además, las maneras en que usamos nuestro cuerpo, “están condicionadas por nuestras relaciones con los otros” (Jackson, 2010, p. 71), la búsqueda de satisfacción personal no depende solo del propio cuerpo, sino que requiere de la relación con otras personas. Norbert Elias (2008) reconoce esta relación con la noción de *vinculación afectiva*, e indica que las personas necesitan de otras para satisfacer diferentes impulsos y relaciones. La intimidad de las relaciones de las mujeres practicantes con aquellas personas cercanas que aportaron en la curiosidad del comienzo de la práctica de Kung Fu en ellas tiene que ver con la relación con los otros cuerpos y las emociones que se generaron a raíz de las situaciones vivenciadas en determinados contextos. Es decir, el sentirse afectadas y afectar a los otros también incorpora la relación con el entorno.

La práctica del Kung Fu no solamente se produce en la realización de movimientos corporales, sino que también lleva consigo otros aspectos, como la meditación, la filosofía, la espiritualidad y una profundidad que conecta a cada una de las entrevistadas más allá del cuerpo. Al respecto, Yazmín señala que una de las enseñanzas que agradece de sus primeros maestros es el acercamiento al taoísmo:

La parte filosófica del taoísmo me atrajo mucho y creo que eso fue lo que me mantuvo tanto tiempo con ese maestro [...] de la filosofía taoísta que hasta la fecha es una de las filosofías que más me conmueven, no desde un aspecto religioso, sino desde un análisis de vida, o

sea... pude adentrarme a lo que es el I Ching,³⁰ el Tao Te King³¹... ciertos escritos que él mandaba... Hay otro filósofo de la época, Lao-Tse, también muy, muy, para mí muy conmovedor porque tenía una manera muy poética de explicar las cosas [...] me parecía muy bello porque el taoísmo es una conexión del ser humano con el entorno, con la naturaleza... donde no hay separación, o sea, eso también es parte del taoísmo [...] yo estaba como fascinada con este encuentro de lecturas, y pues todo el cómo te narra el idioma chino es muy metafórico, el cielo, la tierra, tú eres el puente entre el cielo y la tierra, o sea, imágenes que a mí creativamente me nutrían mucho (Yazmín, Wushu, 26/04/2024).

Para ella, además de los movimientos corporales, hubo un acercamiento a lo creativo a partir de las lecturas realizadas de la filosofía China que eran otorgadas por el maestro de ese periodo de su trayectoria. Estela, por su parte, traía consigo algunas ideas de lo que significaba practicar artes marciales por series que había visto en la televisión o películas, es así como lo relacionaba con una práctica más profunda. En sus palabras:

Pues toda la idea de practicar un arte marcial siempre se ha relacionado no solo con el saber pelear, sino que al menos yo lo tenía relacionado con meditación, tener paz mental, tener cierto crecimiento [...] en aquel entonces el maestro daba pláticas al final de las clases sobre las emociones, cómo te habías sentido, ciertas lecciones... y yo estaba buscando realmente algo para manejar un poco el enojo, era una persona muy enojona y no me gustaba, pero no podía controlar el enojo que sentía a veces por algunas cosas y... y como el arte marcial era muy agresivo en ese sentido, o sea, tiene movimientos muy enérgicos [...] entonces, sí transformó la forma en la que yo pensaba, y es algo que en otra actividad como Parkour o ir al gimnasio o hacer hip hop dance, que son las actividades que yo había hecho antes, no, no podía dar... entonces creo que también por eso decidí cambiarme en vez de ir cambiando de actividad en actividad... eso, y que a mí también siempre me ha apasionado la disciplina y los retos... entonces también un arte marcial yo lo relacioné siempre como algo de muchísima disciplina, casi casi de masoquistas... siempre me apasionó ser disciplinada en algo... entonces encontré muchas cosas en Shaolin (Estela, Shaolin, 05/12/2023).

³⁰ Libro chino traducido como “Libro de los cambios”, compuesto por 64 hexagramas y ocho trigramas para establecer combinaciones y utilizar como oráculo. Información obtenida desde: <https://www.eloraculochino.com/>

³¹ Libro de Lao-Tse donde se abordan de manera poética los significados de la vida, la sabiduría, etc. Información obtenida desde <https://ganesha.blog/tao-te-king-resumen-de-sus-enseanzas-mas-importantes/>

La práctica de Kung Fu en las mujeres entrevistadas las ha llevado también a una profundidad en el aspecto subjetivo que ha sido distinto en cada una de ellas. Sin embargo, encuentro conexiones que tienen que ver con un trabajo de desarrollo personal que va de la mano con aprendizajes y conocimientos de las propias emociones, al mismo tiempo que trabajan su cuerpo en la realización de las técnicas de Kung Fu. Por último, Nicole señala:

Yo creo que el Kung Fu es una autorreflexión, porque nos dicen: Kung Fu es perfeccionar las cosas... tienes que ser buen hijo, si eres buen hijo estás haciendo un buen Kung Fu, si eres buena esposa estás haciendo Kung Fu, si eres buena estudiante igual. Pero no lo conoces hasta que lo vives, a qué me refiero, todas estas experiencias de enojos, frustraciones, al final lo tomas como que lo tienes que hacer por ti, todo esto lo tienes que cruzar tú, y eso es Kung Fu [...] entonces para mí el Kung Fu es una filosofía tuya, que tú la puedes moldear a tu manera, todos tienen su propia filosofía, todos tienen su propio método de trabajo y para mí eso es el Kung Fu. Es como tu propio método para trabajar en ti, en cómo manejar la situación y ser inteligente... para mí es eso (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

Cada una de las entrevistadas durante estos 10 años de práctica constante ha pasado por distintos procesos donde el Kung Fu ha sido un pilar fundamental que las mantiene conscientes, presentes y sensibles a lo que experimenta su cuerpo y a sus emociones. Como afirma Lambek: “las prácticas corporizadas proveen más que lo que el pensamiento puede hacer de forma aislada” (2010, p. 117), es decir, al mismo tiempo que realizan secuencias de movimientos, formas, combates dentro de la práctica, también existe un trabajo de pensamiento que se internaliza y una espiritualidad que se profundiza. Al respecto, David Howes señala que “le damos sentido al mundo no solo a través del lenguaje [...], sino a través de todos nuestros sentidos” (2014, p.12) y en los movimientos del cuerpo también se produce un aprendizaje sensorial que se asocia a procesos reflexivos en un *trabajo somático* (Sabido, 2019). Esta categoría de *trabajo somático*, presentada por los autores Gottschalk, Vannini y Waskul (2012), indica que las personas organizan sus sentires de acuerdo con determinadas experiencias. De esta forma, la práctica del Kung Fu en las mujeres entrevistadas permite un trabajo reflexivo al mismo tiempo que desarrolla sus experiencias en los movimientos corporales.

No obstante, durante los entrenamientos, las mujeres practicantes también han pasado por la vivencia, el aprendizaje y el conocimiento de distintas emociones. Estela relata que

encontró en la práctica de Shaolin un camino para liberar el enojo que traía consigo muchos años:

Vivía enojada con uno que otro berrinche... luego reprimiendo el enojo, pero a final de cuentas explotando eventualmente, y al punto de... pues entonces yo también estaba muy sola y yo mi meta principalmente en ese momento también era: no te enojés, no sientas, no sientas demasiado, que luego ya estando con el psicólogo justamente entendí que esas emociones reprimían muchísimo a las mujeres, que no se les permite sentir enojo, así como a los hombres se les castiga severamente sentir tristeza, a una mujer se le castiga severamente sentir enojo, y yo... fui castigada, y era un secreto que no ocultaba nada bien... y entonces, también en ese momento llega la idea de artes marciales, vas a ser pacífico y todo, te digo todo esto es del antes, porque no tiene mucho que ver con el después [...] y se veía como una salida, realmente no fue inmediato... porque más o menos eso fue cambiando, este, como seis años o cinco, después de empezar en artes marciales... entonces yo no diría que es así una cura inmediata para lidiar con las emociones, pero sí me ayudó a tener una autoestima y una confianza que yo no sentía antes, y también el desprendimiento de lo que pensaban los demás de mí (Estela, Shaolin, 05/12/2023).

La diferenciación que se instala en los cuerpos para *hacer género* también cala en la vivencia de las emociones, donde éstas se dirigen de acuerdo a lo que debe ser femenino o masculino. Y es la interacción con los demás la que sanciona y corrige a quienes salen de la norma, lo que lleva a la represión de ciertas acciones, emociones, comportamientos, actividades, etcétera (West y Zimmerman, 1990). Además, el aprendizaje de sentir y expresar lo que se siente también es parte de *hacer género* (Sabido, 2019).

Con el pasar de los años, Estela logra entender de dónde provenía ese enojo y qué hacer con éste con ayuda de su práctica de Shaolin y de terapias con su psicólogo. Esta misma emoción también se presenta en Nicole y en Yazmín cuando han vivido situaciones donde el maestro a cargo de la clase utiliza una fuerza desmedida conscientemente al hacer un ejercicio. Por otro lado, Nicole ha aprendido durante estos años a manejar sus emociones:

Yo puedo expresar tranquilamente [...] el manejo de las emociones creo que es a lo que ha ayudado muchísimo y a no ser hiriente, porque a veces decimos las cosas sin pensarlas, y no, el Kung Fu me ha hecho pensar antes de decir las cosas, y tratar de encontrar el punto medio, ni tú, ni yo, o sea, mira, así están las cosas ¿no? Entonces sí, me ha ayudado mucho [...] me he llenado de muchas satisfacciones personales, por ejemplo, soy malísima en la

acrobacia, no me gusta la acrobacia, pero cuando me sale algo es como: ¡ah! ¡sí pude!, y más lo hago y más lo hago y me emociono, y hasta me burlo con mis amigos, que son los que tengo aquí, y ¡guau, lo hice mejor que tú! Jaja... soy muy expresiva... antes era muy callada y yo decía: tiene que haber disciplina y lo que diga el maestro... pero te digo que fui dejando cosas y dije: no, lo voy a disfrutar, entonces cuando me salía yo decía: ¡ah, me salió!, ¡y a ti no! Jaja (Nicole, Jip-Do 23/01/2024).

El aprendizaje del control emocional también es vivido por Nicole como un proceso que se debe trabajar y que también es una reconfiguración el instalar este aprendizaje hacia sí misma y expresarlo en lo colectivo. Por su parte, Yazmín siente una conexión con su Kung Fu que no deja lugar a dudas desde que vio a los monjes Shaolin en la obra de teatro:

Pues me fui de lleno a la técnica nada más y al estudio profundo del Wushu, que inmediatamente desde mi primera clase en esta escuela de Shaolin, yo lo sentí... lo sentí muy como una profesión, aunque no tuviera el conocimiento para mí, desde mi primera clase fue absoluta, ¿sabes?... fue como si, sin duda sabes, o sea, sin duda es el movimiento que quiero integrar en mi cuerpo... o sea, no fue como pues no me late tanto pero quiero hacer un montaje, o sea, nunca estuvo el proceso, o sea, nunca le ganó ese proceso conceptual a lo que yo sentí con la práctica desde el primer día, o sea, fue inmediato, fue inmediato porque lo que me pasó en Sutra, cuando vi Sutra, fue más de estómago que de: “ay que padre se ve”... O sea, no, fue como: “güey aquí yo siento algo”, es una conexión de estómago que trasladada al concepto me encanta [...] fue sin duda: quiero hacer esto, más allá de mi plan que traigo escénico. Entonces más bien lo que hizo que suspendiera mi actividad creativa y solo me dedicara al Wushu fue que pues me metí de lleno, y todos los días iba a entrenar y cuando no iba a entrenar yo entrenaba sola (Yazmín, Wushu, 27/03/2024).

Existe en los relatos de las mujeres entrevistadas una transmisión emocional de lo que significa la práctica del Kung Fu para cada una de ellas. Estas emociones han mutado a medida que avanzan los años, donde también logran comprender situaciones pasadas de sus vidas, dándoles en algunos casos nuevos significados. De esta forma, como señala Sharon Guthrie (2013), existe una mejora en la autopercepción corporal y también de beneficios como sentirse más seguras de sí mismas, poseer un manejo de las emociones, cambios de actitud frente a la vida y experimentar menos negatividad y depresión.

Los sentires al momento de realizar la práctica de Kung Fu van muy relacionados a las emociones que quieren dejar salir en sus movimientos. Nicole, que practica Jip-Do, pero que hace tres años es maestra de la Danza del León, siente que se transporta a otro lugar:

Yo siento que cuando bailo... me transporto a otro lado, me convierto en un gatito, me convierto en un perrito o en un animalito, no pienso en que me van a ver, que me da pena, no... entonces en la danza... yo aprendí muchas cosas muy buenas (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

Este sentir le entrega la libertad de expresar emociones e imaginarse dentro de animales. Al igual que Nicole, Estela, al hacer formas, señala:

la patada y demás y al menos en Shaolin es la forma del tigre, de mantis, de águila, es algo tan precioso, es algo tan inspirador, estoy haciendo la forma e imagino que soy este animal salvaje, me imagino que estoy aquí peleando con 100 personas... y no me gusta realmente pelear en combate (Estela, Shaolin, 5/12/2023).

Es decir, dentro de las prácticas que realizan estas mujeres, existen distintas secuencias de movimientos de animales que deben internalizar, sentir en el cuerpo y sentir la emoción para expresarla, lo cual les permite imaginarse en otras situaciones y dejar fluir los sentires. Por otro lado, Estela señala que la motivación para realizar las formas con más actitud se despertó con un video, en el cual aparecía un monje Shaolin diciendo que las mujeres no podían practicar este arte marcial, por su contextura física y por su periodo menstrual:

Entonces, en la escuela Shaolin de China... no hay ninguna mujer Shaolin... lo único que yo veía en videos es de: ¿dónde está el video de la mujer que hace cosas rudas? Que hace los movimientos ¿de un modo más agresivo?... No están, porque a mí me gusta mucho Tai-Chi, me gusta mucho la espada y el abanico, pero... lo que me inspira más son estos otros videos donde los hombres están haciendo una forma de un animal, este hombre está imitando un tigre, éste una mantis, éste está imitando a un leopardo, un águila... ¿Dónde está la mujer que esta imitando al águila? ¿Dónde? ¿Dónde está? Y no estaba... (Estela, 12/12/2024).

En la construcción de lo femenino o lo masculino también se encuentra la represión de ciertas actitudes agresivas, que impiden la liberación de las emociones de enojo, lo que también alimenta el *hacer género* (West y Zimmerman, 1990). Estela, a través de las formas de animales, pretende demostrar que las mujeres sí pueden realizar formas agresivas y practicar

Shaolin. Por otro lado, al sentir una sensibilidad corporal, ésta también se ve afectada por las situaciones que se vivan en el momento. Tal es el caso de Yazmín quien, al atravesar un periodo de su vida con muchos problemas, esto se expresa al momento de exhibirse en una competencia:

empiezo a hacer un sistema externo de serpiente, súper violenta, se empezó a volver una serpiente muy violenta, porque yo veo mi primera rutina de serpiente todavía acuosa, cuando todavía no competía, en mi primer torneo, mi serpiente era mas acuosa, más suave, más para mí, más interna... ya cuando voy al nacional, incluso un juez me dice: “pareces tigre, tu energía es de tigre, o sea eres un tigre”, o sea, yo lo recuerdo y cuando me dio ese análisis veo y digo sí (Yazmín, Wushu, 26/04/2024).

Yazmín es consciente luego de la competencia de que los problemas que atravesaba en esa época de su vida repercutieron en la expresión de la forma de serpiente ante los demás. Las mujeres entrevistadas expresan una sensibilidad que se experimenta en el cuerpo a través de la práctica de su arte marcial. Al respecto, Estela señala:

Que qué experiencia amo de vivir que no incluya ninguno de mis sentidos, la verdad es que ninguna. Claro que hay sentimientos que nada tienen que ver con lo físico, pero el modo en que los estoy percibiendo y todo es con mi cuerpo, con mi cerebro, con mis terminaciones nerviosas, yo no me podría haber enamorado de alguien a quien no puedo ni ver, ni sentir, ni escuchar, ni nada... no sabría ni cómo existiría. Entonces, no negando que hay algo más allá que podría ser mejor o peor, simplemente aceptando que todo lo que amo de estar viva y existir es por mi cuerpo, todo lo vivo a través de mi cuerpo [...] cuando estás... practicando artes marciales, estás sintiendo, estás oliendo, estás visualizando, estás involucrando a todo tu cuerpo... no hay ninguna parte que no, entonces es una forma muy buena de explotar el hecho de que tienes un cuerpo, y tener un cuerpo para mí es vivir. Porque la vida después de la muerte a mí como ser que tiene cuerpo, no me puede interesar, porque no sé lo que es no tener cuerpo... (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

Ella siente con todos sus sentidos al momento de practicar su arte marcial, lo cual no pudo encontrar en sus prácticas corporales anteriores como hip-hop dance o ir al gimnasio. Yazmín, por su parte, también tiene una sensibilidad en su cuerpo, pero que no comienza con la práctica de Wushu:

Empezó con el patinaje [sobre hielo] porque siempre fui muy consciente de... cómo me estoy moviendo, qué estoy sintiendo... y qué me provoca a nivel emocional... o sea, como que siempre, aunque era pequeña, tenía como esta consciencia que me generaba mucho placer y... y como que se quedó en esa capa, pero después entré en contacto con el teatro y es un poco la misma línea, o sea, me muevo, conozco mi cuerpo y conozco el mapa de quién soy, o sea, me acerco más o menos al mapa de mi ser... a través de mi cuerpo. Después entré al Wushu, las experiencias artísticas, entonces digamos que siento que ha sido una línea que desperté desde pequeña y que ha ido evolucionando, enriqueciéndose y nutriéndose [...] el moverme me hace bien de entrada... y me conecta, o sea, mi cuerpo me conecta con otros planos de conocimiento y entonces expresión... (Yazmín, Wushu, 20/04/2024).

La experiencia de la sensibilidad corporal en Yazmín, es despertada desde temprana edad con la práctica de otras actividades físicas, y su arte marcial a diferencia de Estela, es parte de su camino en el conocimiento de su cuerpo.

Como evidenció en este apartado, los inicios en la práctica del Kung Fu están marcados por los afectos, ya que son las relaciones con personas cercanas las que les abren la curiosidad de la práctica, donde esta cercanía está dada por interacciones con una proximidad cargadas de sentido (Sabido, 2012). Durante estas interacciones, las emociones generan un sentido debido a la naturaleza social de la relación íntima (Rizo, 2019), que lleva a las mujeres practicantes a sentir en el cuerpo antes de comenzar a materializar la práctica de Kung Fu.

Existe también en la práctica del Kung Fu un aspecto que trabaja el conocimiento de las propias emociones, su aprendizaje para manejarlas a través de la filosofía, la espiritualidad y el desarrollo personal, al mismo tiempo que progresan en las técnicas corporales de sus estilos de Kung Fu. En este sentido, a las mujeres entrevistadas les permite trabajar en sí mismas de la forma que ellas elijan, lo que las lleva a reflexionar sobre las situaciones que ocurren constantemente, y también las incita a crear. Es decir, podemos distinguir en esta práctica una de las características del “*cultivo de sí*”, donde se toma a una misma como: “objeto de conocimiento y campo de acción, a fin de transformarse, de corregirse, de purificarse, de construir su propia salvación” (Foucault, 2010, p. 48). Aunado a esto, Georg Simmel (1996) señala que somos “una unidad indivisa [...] que produce y forma lo llamado corporal y lo llamado espiritual en un proceso unitario” (pp. 26-27); asimismo, el trabajo espiritual, el conocimiento profundo de las emociones y la práctica del Kung Fu es parte de un mismo

proceso. Por otra parte, las mujeres entrevistadas al realizar las formas de animales, generan una conexión con sus emociones y sentir corporal que les da la opción de liberar ciertas trabas emocionales que puedan existir en esos momentos y expresarlas a través del cuerpo. Por lo que realizan un *trabajo somático* reflexivo y congruente con sus nociones culturales, sociales, personales, etcétera (Gottschalk, Vannini y Waskul, 2012).

Es en estos espacios donde el Kung Fu presenta la posibilidad de influir en los procesos subjetivos de las mujeres practicantes, donde además estas técnicas corporales orientales, según Aschieri y Puglisi, “se perciben como situaciones inéditas nunca antes vivenciadas” (2010, p. 142) y que apuntan a nuevas maneras de percibir, conocer y conocerse a sí mismas y tener otras maneras de relación entre cuerpo y mente. Es decir, cada una de las mujeres practicantes adaptan su Kung Fu hacia sí mismas, en relación a sus propios requerimientos. Además, esta posibilidad de realizar modificaciones en los procesos subjetivos permite romper con ciertos comportamientos, acciones e ideas fijas sobre lo femenino o lo masculino; y, como señala Jackson (2010), se producen nuevas experiencias e ideas a través del movimiento corporal.

4.4. Unión profunda, prácticas en conjunto

En el capítulo anterior,³² se revisó cómo se logró generar con cada una de las practicantes un acercamiento a los entrenamientos de sus estilos de Kung Fu, mediante la aplicación de *diálogos corporales* a partir de la participación observante. Durante la realización de los entrenamientos, me pude percatar de la existencia de una línea más profunda que nos une, más allá de los diferentes estilos de Kung Fu que cada una de nosotras lleva en el cuerpo. Esta línea tiene que ver con la similitud de los movimientos corporales que nos unen en las artes marciales chinas. Si bien es cierto que los distintos estilos de Kung Fu que practicamos vienen de diferentes sectores de China desde hace muchos años, existe un mantenimiento de la técnica en los movimientos que se expresan en el cuerpo.

En el entrenamiento con Nicole, las técnicas de defensa eran similares a las del Ving Tsun que practico, al igual que los conceptos que se utilizan para nombrarlas. La posición de las piernas en la guardia frontal del Jip-Do me recordó otros estilos de Ving Tsun que

³² Cf. “capítulo III. Metodología. Los comienzos del viaje del cuerpo” de este trabajo.

practiqué en años anteriores; por lo tanto, sentí en mi cuerpo experiencias de prácticas pasadas. Una de las manos que protege la cara debía colocarse a una distancia similar a la que utilizo cuando estoy en guardia; sin embargo, los desplazamientos para seguir al oponente eran distintos. Luego del entrenamiento, Nicole tuvo la amabilidad de mostrarme los objetos que existen en su escuela, donde pude entender de mejor manera el camino que hizo el maestro Pao desde que llegó a México, para establecer y transmitir su sistema de combate. Esto también me recordó mi proceso de migración de Chile a México y de cómo llevo conmigo mi arte marcial a donde quiera que vaya, dándome cuenta cómo el cuerpo se adapta ante nuevos estímulos y formas de moverse en otros contextos y espacios. Además, pude comprender las jerarquías y rituales de los que Nicole me hablaba en las entrevistas, y ser testigo en el mismo lugar de aquellos comportamientos y significados.

En el entrenamiento con Estela, lamentablemente, antes de que comenzáramos, ella se lesionó el tobillo en su clase de avanzados al saltar, hacer una acrobacia y caer en una posición incorrecta; sin embargo, ella me propuso que entrara a la clase del maestro Luis y que me observaría desde otro lugar. Acepté su propuesta y también las correcciones que le realizaba a mi postura desde su posición. Pude darme cuenta de la flexibilidad que se necesita para la práctica de Shaolin, además de que se debe trabajar con mucho calentamiento y cuidado durante la clase. Asimismo, sentí en mi propio cuerpo la fuerza que deben tener las piernas para mantenerse en posturas a las que el cuerpo no se acostumbra, y para realizar saltos y acrobacias que requieren de un gran impulso. Fui testigo de algunas similitudes con mi práctica de Ving Tsun en momentos en que realizaba algunas secciones de la primera forma básica que me enseñaron, como realizar movimientos suaves y estables. Entendí que expresar con el cuerpo la forma de un animal, requiere de un trabajo dedicado e intenso a nivel de cuerpo y de memoria, donde la emoción del animal debe lograr ser transmitida a través de los movimientos, a lo cual no pude acercarme en una sola clase. También, pude sentir e imaginar la cantidad de momentos en que es posible una lesión de tobillos; esta lesión ha sido la más recurrente durante la trayectoria de Estela.

Finalmente, con Yazmín entrenamos juntas al aire libre en el Parque México, por lo que la concentración y la atención a la clase y a los estímulos fue mucho mayor. Aproximadamente a las 19 horas comenzó la clase y al mismo tiempo había clases de salsa, música fuerte, personas con sus mascotas, sonidos de conversaciones y risas, niños y niñas

en patinetas, personas en la práctica de fútbol, personas que caminaban en cualquier dirección y curiosos que miraban la clase de Wushu. Pude comprender que el trabajo de concentración y memoria es aún más intenso en un lugar abierto y con poca luz a medida que anochece. Sentí una similitud con los movimientos que practiqué en la clase de Shaolin junto con Estela, ya que se trabajaba con intensidad y cuidado la flexibilidad de las piernas durante gran parte de la clase. Mientras yo me concentraba en practicar las secciones de la primera forma que me enseñó el alumno más avanzado de la clase, podía observar que Yazmín repetía una y otra vez una forma tradicional utilizando el abanico, el cual abría y cerraba, lo que provocaba un sonido especial. Así pude darme cuenta de que además, si alguien realiza las secuencias de movimientos y expresa la emoción, debe agregar el factor del sonido del arma que utilice, lo que lleva a tener una actitud de combate de manera solitaria.

En síntesis, debo admitir que me causó curiosidad, nervios, alegría, fortaleza y muchas emociones el sentir otros estilos de Kung Fu a los que mi cuerpo no estaba acostumbrado. Esto me llevó a una concentración y una apertura a los nuevos movimientos que las mujeres me presentaban y enseñaban en conjunto con sus maestros. Fueron momentos en donde las palabras no eran el principal componente de comunicación, sino más bien el sentir corporal y el lenguaje del cuerpo para entendernos. Fue ahí cuando me di cuenta de que existe una línea más profunda entre nosotras y que está atravesada por la similitud de movimientos, pero también por una sensibilidad corporal, emocional y afectiva. Pude entender en la realidad concreta cómo los *procesos subjetivos*, los *procesos de configuración corporal* y el *contexto de práctica* se alimentan unos a otros en todo momento durante la práctica de Kung Fu. Y si bien es cierto que la experiencia se manifiesta mediante el lenguaje y el discurso, también es posible observarla mediante los movimientos corporales, donde mi conocimiento técnico del Kung Fu me permitió reconocer la técnica en los cuerpos de las mujeres y saber todo el trabajo que conlleva la realización de una forma. Escuchar sus relatos, tener entrenamientos bajo la metodología de participación observante con los *diálogos corporales*, fue esencial para unir ambas metodologías y entender de mejor manera su trayectoria de 10 años en el Kung Fu.

A modo de conclusión, en este capítulo se pudo revisar y evidenciar a través de los relatos de las practicantes cómo los conceptos de los *procesos subjetivos*, *procesos de*

configuración corporal y contexto de práctica se complementan mutuamente en el entrenamiento de las mujeres practicantes de Kung Fu participantes de este estudio.

Estar *haciendo cuerpo* permite entenderlo como un lugar de transformación que, a pesar de estar marcado por comportamientos, acciones e ideas que se inculcan desde edades tempranas, como aquellos que configuran lo femenino o lo masculino, existe la posibilidad de cambiar a través del cuerpo los mandatos de género que a veces parecieran ser tan fijos y estables. El Kung Fu ha permitido a mis informantes comprender las exigencias de lo femenino en lo corporal y realizar cambios paulatinos en la visión y sentir de su propio cuerpo. Lo que las lleva a lograr una nueva concepción de lo que significa y necesita su cuerpo para ser fuerte en su arte marcial, y ya no para complacer y exhibir ante otros. Además de que les da confianza, autoestima y seguridad a nivel subjetivo y corporal para reaccionar frente al mundo. Sin embargo, existen distintas perspectivas entre las mujeres practicantes con respecto a la diferencia entre hombres y mujeres en la práctica del Kung Fu, que tienen que ver con las características anatómicas del cuerpo por un lado y con el reconocimiento de las habilidades de cada persona por el otro. Cabe destacar que en estos espacios mixtos se generan choques y tensiones que ponen en problemas y desestabilizan las concepciones de lo femenino o lo masculino donde se establecen nuevos significados y cuestionamientos. En este sentido, la práctica del Kung Fu permite la integración de una nueva configuración corporal que avanza a medida que se mantiene el entrenamiento constante de las diferentes técnicas corporales.

Por otro lado, las violencias a las que han estado expuestas las mujeres practicantes de Kung Fu en su vida cotidiana han marcado la movilidad en los distintos espacios que frecuentan. Si bien es cierto que no todas saben defensa personal física, todas ellas han sido capaces de reaccionar ante una situación que invada su espacio íntimo a través de las palabras o los golpes. Sin embargo, la vivencia de estas violencias en algunas de ellas ha llevado a dejar de utilizar ciertos espacios para la práctica de Kung Fu o también experimentar miedos asociados a ciertos espacios y situaciones marcadas por el género que incluso las pueden llevar a evitar salir de casa. Por lo tanto, el cuerpo, la subjetividad y los espacios se configuran mutuamente y el género los atraviesa. En este sentido, a una de ellas el Kung Fu le ha servido para generar y mantener confianza y seguridad en la capacidad de defenderse físicamente, a pesar de haber vivido una violencia sexual infantil que desencajó la conexión con su cuerpo

durante varios años de su vida. Cabe destacar las altas cifras de inseguridad de las mujeres en la Ciudad de México con respecto a la movilidad en transporte y espacios públicos, y también las cifras de todos los tipos de violencias vividas por mujeres y la gran cantidad de feminicidios que ocurren. Esto permite visualizar el contexto de violencia contra las mujeres en el que se encuentran las tres entrevistadas y entender de mejor manera los miedos y las violencias que han vivido.

Los afectos, emociones y sentires en la práctica del Kung Fu han sido uno de los elementos que no tenía en mente al inicio de esta investigación. Y me parece importante destacar que durante los inicios de la práctica de mis informantes están presentes los afectos a través de las relaciones con personas cercanas. El conocimiento y la comprensión de las emociones también es parte de la práctica que estas mujeres han aprendido durante sus años de entrenamiento y que les permite una tranquilidad al momento de expresarlas mediante las formas de sus respectivos estilos de Kung Fu. Además, sentirse a sí mismas las lleva a afinar las técnicas en las formas de animales que deben realizar, lo que les entrega una calma, una armonía corporal, espiritual y subjetiva. Junto con todo lo anterior, se agrega la profundidad que se trabaja a través de la filosofía y el desarrollo personal de cada una de ellas, que les hace sentido en sus vidas y les permite una reflexión constante sobre lo que sienten. Durante el proceso de entrenamiento de la práctica de Kung Fu de cada una de las mujeres, se sienten y en algunos momentos se transforman los sentires por medio de los movimientos corporales y durante el compartir con otros cuerpos. Agrego a esto lo que señala la autora Olga Sabido (2007) donde “el sentir involucra atribuciones de sentido y, al mismo tiempo, incluye que los otros imputen significado a lo que siento” (p. 2015), lo que permite la creación de un sujeto inestable genéricamente y en constante movimiento (entendido este último como movimientos corporales, subjetivos, emocionales, afectivos, sensoriales, etcétera).

Finalmente, al realizar una práctica luego de las entrevistas con cada una de ellas, pude entrelazar los conocimientos teóricos con la realidad durante el trabajo de campo. La intensidad corporal que maneja cada una es distinta y exigente, por lo que deben ser disciplinadas y constantes en sus entrenamientos. Darle sentido al mundo no solamente en el lenguaje como señala Howes (2014) y sentir el cuerpo como una unidad donde confluye lo corporal y lo espiritual como indicaba Simmel (1996) me trasladó a algunos recuerdos durante los entrenamientos con las tres mujeres practicantes relacionados con emociones,

afectos y sentires desde mi práctica de Ving Tsun. Si bien es cierto que en el momento de la realización de los *diálogos corporales* estos recuerdos solo pasaron por mi mente, al pasar los días y permitirme la reflexión me llevaron al encuentro y entendimiento de la profundidad de la práctica de Kung Fu en cada una de las mujeres entrevistadas y también en la mía. Esta profundidad se relaciona con lo espiritual de cada una y también en la expresión y realización de los movimientos en las formas y/o el combate. Los olores, el sudor, el contacto físico, las miradas, las conversaciones, etcétera, que pude sentir durante los *diálogos corporales*, aportaron al entendimiento del *trabajo somático* acorde con las creencias y la reflexión que cada una lleva consigo.

El Kung Fu les permite a las mujeres practicantes realizar modificaciones en su cuerpo y subjetividad mediante los movimientos corporales, el sentir emocional y la profundidad del desarrollo personal. De esta forma, a medida que la práctica avanza y se desarrolla durante todos estos años, genera una transformación corporal y subjetiva que lleva a nuevas formas de ver y moverse por el mundo, a encontrarse a sí mismas, a estar presentes en y atentas a su entorno y no evadir las emociones, lo que da la posibilidad de romper con *habitus* instalados repetitivamente a lo largo de sus vidas.

Capítulo V. Feminidad y Kung Fu

A continuación, en este último capítulo presento los apartados: “Acercamiento a los deportes y las actividades físicas” —donde reviso las prácticas realizadas por las mujeres entrevistadas antes de iniciarse en el Kung Fu—; “(Ser) madre” —que analiza la relación de las mujeres practicantes con sus madres en el entorno familiar y también su propia experiencia de la maternidad—; “Mujer que (no) calla y machismo” —donde reviso las situaciones que han vivido las mujeres practicantes al (no) expresar sus pensamientos en los espacios marciales y las situaciones de machismo vividas por las mujeres entrevistadas y sus respuestas a ellas; y “Autoexigencia” —donde reviso las repercusiones físicas en las mujeres entrevistadas, de la práctica constante y/u obsesión de querer mejorar en su arte marcial.

A partir de lo desarrollado en el capítulo II de Teoría, aquí utilizo el concepto de *feminidad*, donde retomo a distintas autoras y autores para elaborarlo. Como mencioné anteriormente en el apartado de “Cuerpo y teoría de género”, las diferencias que se establecen entre niñas y niños, mujeres y hombres, tienen que ver con *hacer género* (West y Zimmerman, 1990). Esta construcción —que posteriormente se interpreta como “natural”— ocurre mediante interacciones sociales entre los individuos donde también existe un condicionamiento del cuerpo a partir de *actos repetitivos* que lo performativizan, basándose en las diferencias de la matriz heterosexual (Butler, 2007). Los condicionamientos del género en el cuerpo —y el cuerpo en el género— que repercuten en los *procesos subjetivos* y de *configuración corporal* se denominan *habitus*; que crean prácticas individuales y colectivas, y estructuran las bases de las normas de cada sociedad. En el *habitus*, las interacciones sociales también tienen que ver con experiencias sensoriales (Sabido, 2012). Además, retomo la noción de *tecnologías de género* (de Lauretis, 1989) abordada desde lo subjetivo y lo corporal en la práctica del Kung Fu, lo que permite entender las representaciones de género en la acción de la producción de sujetos que se diferencian de acuerdo con la clasificación de mujer/hombre (Moreno, 2011). De esta forma, se legitiman las divisiones dentro de la sociedad.

Iris Marion Young (1990) define la *feminidad* como las estructuras y condiciones que delimitan el ser mujer en una sociedad determinada; es decir, es una construcción social, histórica, cultural que traspasa al cuerpo y establece divisiones. Asimismo, como afirma

Ervin Goffman (1977), cuando se clasifica a una persona por su sexo biológico, empieza una construcción subjetiva y corporal para una socialización diferencial. Al estar en una categoría de mujer u hombre, las personas “reciben un trato diferente, adquieren una experiencia diferente, disfrutan y sufren expectativas diferentes” (Goffman, 1977, p. 303). Las autoras Iris Marion Young (1990) y Ellen Jordan (1999) reconocen que a edad temprana se diferencia a niñas y niños en las actividades físicas de la escuela, y se instaura una fragilidad y debilidad en las niñas. De esta manera, el cuerpo performativiza lo femenino y lo masculino mediante *actos repetitivos* (Butler, 2007) que estructuran las prácticas cotidianas de los diferentes *habitus* (Bourdieu, 2007). Como indica Goffman (1977),

este entrenamiento corporal temprano en niñas y niños refuerza lo que establece la selección por diferencia de edad y talla, a saber, situaciones sociales en las que hombres y mujeres pueden representar efectivamente la naturaleza humana diferencial que se les reclama. Así, se puede sostener la imagen de que todas las mujeres están menos desarrolladas muscularmente que todos los hombres en todos los aspectos, una división binaria a los hechos biológicos; porque, de hecho, la fuerza física implica muchas variables que están incompletamente correlacionadas y no se puede trazar una línea que divida claramente las dos clases sexuales (p. 321).

Asimismo, los hombres llegan a las situaciones sociales con ventajas en habilidades consideradas no aptas para las mujeres —mecánica, electricidad, competencias al aire libre, etcétera—, así como las mujeres llegan a las situaciones sociales sin estas habilidades, aunque con otras (Goffman, 1977).

En la construcción de la *feminidad* se deben mantener ciertas condiciones que refuercen de manera constante la segregación entre mujeres y hombres. Parte de estas condiciones tiene que ver con la utilización de los espacios y la experiencia que se tiene en ellos, una experiencia que está diferenciada por género y repercute en el cuerpo (McDowell, 1999). De esta forma, se constituye una *feminidad* que se establece como diferencia “natural”. En esta línea, las emociones, los comportamientos, las actitudes, las formas de ser, la utilización de los espacios, los tipos de cuerpo, etcétera, conforman “lo femenino” y “lo masculino” que se utilizan para legitimar las divisiones entre mujeres y hombres. Esta feminidad se enmarca

dentro del orden de género mexicano que, como mencioné,³³ está delimitado por el control de la sexualidad de las mujeres con respecto a la figura masculina, la religión y la cultura sexista. Además, parte de la construcción de la feminidad mexicana se basa en el control de los cuerpos de las mujeres, así como también su diferenciación sexual que norma y reglamenta su conducta corporal a través de distintas leyes e instituciones (Ramos, 2008).

5.1. Acercamiento a los deportes y las actividades físicas

En este apartado, reviso el acceso de las mujeres practicantes a distintas actividades físicas antes de su ingreso a la práctica de Kung Fu. Todas ellas han tenido algún tipo de práctica, pero el acceso a la variedad de actividades y la edad a la que comienzan han sido distintos. Yazmín relata que:

En mi escuela lo que había era natación, basquetbol, atletismo y siempre estaba dentro de los equipos de deportes, siempre tuve una facilidad para el deporte... siempre... para la natación, siempre que hacían las olimpiadas de la escuela, pues yo ahí estaba... y... no me iba mal, era muy buena en resistencia en atletismo, resistencia y salto de longitud, natación siempre fui muy buena... siempre tuve una conexión con los deportes. Cuando íbamos de vacaciones me encantaba montar, escalar, esquiar, o sea, como que era hábil con el cuerpo. [...] antes de eso pues mi mamá me había metido a clases de jazz, actividades, pero todas físicas relacionadas con... con la danza, o sea, luego no me acuerdo que otra cosa hice mucho más chiquita... igual conectado con el cuerpo... y mi primer acercamiento así visceral fue el patinaje [sobre hielo] y de ahí fue el Wushu... (Yazmín, Wushu, 24/04/2024).

La escuela en la que estudió Yazmín sus primeros años, tenía variados deportes para elegir, a la vez que los entrenadores motivaban la participación mediante la competencia en olimpiadas escolares. Asimismo, en su familia existía la experimentación de otras actividades con el cuerpo desde temprana edad. Nicole, al igual que Yazmín, comienza su práctica de actividades físicas en la primaria:

Siempre fui una niña muy activa, me gustaba en la escuela jugar basquetbol que era lo que siempre me gustaba hacer, el correr, brincar... y futbol en la primaria, entonces siempre fui una niña muy activa y cuando jugaba era jugar a las bicicletas o futbol, basquetbol, nunca

³³ Cf. el apartado “El camino de las artes marciales” de este trabajo.

fui muy quieta, y era muy traviesa. Entonces tenía que descargar la energía en algo (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

La razón de la práctica física para Nicole tiene que ver con la necesidad de movimiento para descargar energía. Estela por su parte, comenzó la práctica física al entrar a la preparatoria:

Era una escuela privada, yo antes de eso venía de una escuela pública, de una secundaria pública, y mis hermanos y yo conseguimos becas para la privada, y entonces cada quien tenía una beca como del 60% y ya sabes, vete a hacer horas con los coordinadores [ríe] y todo y sacar promedio... entonces no era que yo tuviera la condición económica de estudiar en una escuela así, pero se dieron las condiciones. Entonces, ya en esa escuela fue como ¡guau!, porque a diferencia de la secundaria donde solo te daban balones y ponte a hacer lo que sea... en la preparatoria tienes todo este abanico de actividades y a ver en cuál te quieres meter... sí era mixta, tenían... era... más o menos grande [...] diría que de tamaño mediano no es muy grande... también habían universitarios cerca de la escuela, pues era la primera escuela en la que ya ibas tú sin uniforme, ya al 100% tu personalidad ahí expuesta [ríe]... ajá, ajá, fue cuando hice ejercicio porque también cuando subí de peso fue durante la secundaria... (Estela, Shaolin, 12/12/2023).

A diferencia de Yazmín y Nicole, Estela comienza su práctica física al momento de entrar a la preparatoria y es ahí donde experimenta el hip-hop dance e ir al gimnasio con la motivación de bajar de peso.

La práctica de deportes y otras actividades físicas y artísticas en las mujeres entrevistadas se inicia mediante el juego, la experimentación con el cuerpo y la necesidad de descargar energía. En Yazmín y Nicole, esto ocurre a temprana edad y la familia adquiere un papel importante al no prohibirles estas prácticas por ser “niñas”, lo que les permitió a ambas descubrir poco a poco sus habilidades corporales. Estela por otro lado, comienza su práctica con el objetivo de bajar de peso y de tener un grupo social, de modo que se encontró con una variedad de actividades disponibles en su escuela privada.

Por un lado, las familias de Yazmín y Nicole no les prohíben la práctica de deportes u otro tipo de actividades físicas, lo que rompe con el mandato de género de la restricción y exclusión de ciertas actividades dirigidas a las niñas y los niños a edad temprana (Jordan, 1999). Por otro lado, Estela tiene acceso a otro tipo de actividades en la preparatoria privada distinto al que tenía en la secundaria pública, lo que le permite ampliar sus posibilidades de realización de actividades físicas.

Como conclusión a este apartado, retomo a Iris Marion Young (1990) quien se refiere a cómo se moldea el cuerpo a partir de la segregación de actividades “adecuadas” para niñas y niños desde temprana edad. En las interacciones sociales en instituciones educativas, se comienza una restricción de ciertas actividades para las niñas, las cuales corresponden a aquellas que utilizan la fuerza física, la agilidad, la coordinación, etcétera, mientras que a los niños se les incentiva a desarrollar estas habilidades. Impedir el desarrollo de ciertas habilidades en niñas e incentivarlas en niños, y viceversa, acentúa una diferenciación en el uso y comprensión del cuerpo al crecer. Como afirma la misma autora, en lo que respecta a las mujeres en las sociedades occidentales, ellas sienten una incapacidad en la realización de actividades físicas que comprometan a todo el cuerpo (como levantar cargas pesadas) y abordan estas tareas con timidez, lo que las afecta en la percepción y uso de los distintos espacios. En esta línea, la *feminidad* se constituye en la interacción con otros individuos, donde se construyen cuerpos que enfatizan las diferencias a temprana edad.

Además, retomo a Hortensia Moreno (2011) quien señala que las actividades físicas y deportivas establecen este tipo de diferencias basadas en la afirmación de la masculinidad y la expulsión de las mujeres de dichas actividades, a lo que se añade la segregación por la “clase social, etnia, generación, nacionalidad y género” lo que “construye la racionalidad de nuestras relaciones sociales” (p. 84). Con respecto a la clase social y económica, pude evidenciar, en el relato de Estela, que la condición económica para acceder a una institución educativa privada es alta en relación a la pública, por lo que, para ella, la posibilidad de haber estado en una preparatoria privada le otorgó un abanico de actividades deportivas y físicas que en otra situación no se habría dado. Es decir, además de las segregaciones de actividades de niños y niñas, la condición económica también abre y cierra posibilidades de prácticas.

5.2. (Ser) madre

En este apartado, reviso la relación de las mujeres practicantes con sus madres y el entorno familiar cercano, y la relación de una de las practicantes con sus hijas. A raíz de las entrevistas realizadas pude constatar la vivencia de la violencia en las relaciones familiares en cada una de las entrevistadas, en donde la práctica del Kung Fu ha sido una vía de escape para dejar fluir emociones, pero también para entender sentimientos del pasado y encontrar una manera de darles una nueva significación corporal y subjetiva.

Las relaciones con sus madres y el entorno familiar cercano son similares para las tres mujeres practicantes entrevistadas. Todas ellas se refieren a ciertos tratos durante la infancia y adolescencia. Al respecto de la relación con su madre, Yazmín señala:

Y como que yo siempre fui la mamá y el papá de mi casa... porque mi hermana mayor siempre tuvo como esta... un poco fragilidad... y... mi papá ausente, pues yo cubrí como roles muy masculinos en mi casa, porque mi mamá tenía su tema, pero mi mamá en su tema, perdida en su tema, imposibilitada de ser mamá, o sea, imposibilitada de ser mamá proveedora de cariño, de alimentarte chido, lo emocional pues tampoco, entonces como que también de pronto yo tenía que sacar un poco lo mamá con mis hermanas, lo papá con mis hermanas [...] mi mamá fue epiléptica desde que yo era niña, y entonces como que... eso que yo no soportaba, de: ¡no lo soporto!, me era difícil de contener de chiquita porque mi papá, o sea, para mí la epilepsia de mi mamá... era un ajá, era un monstruo porque... su primer ataque lo vivió junto conmigo, las dos estábamos solas, yo tenía siete años... y ella estaba hablando por teléfono y le pasó, y yo la cargué y me acuerdo que no podía cargarla por el peso, pero sabía que tampoco me podía tirar, o sea... desde ese primer instante para mí fue cargarla y pesaba un chingo, y se sacudía y yo no entendía nada y estaba muerta de miedo y... y siempre que le llegó a pasar, mi sueño cambió completamente... a partir de ahí me empezó a dar insomnio de chiquita, o sea... y mis hermanas, la mayor siempre era como de, güey, se iba a correr, o sea, el rol de mi casa era yo en el moquetazo y en el putazo... mi hermana conteniendo a la menor para que no se enterara de nada, pero entonces para mí eso siempre fue como muy difícil de contener (Yazmín, Wushu, 26/04/2024).

La relación de Yazmín con su madre estuvo marcada por algunos acontecimientos vividos con ella en la infancia, el ataque de epilepsia de su madre a los siete años, y a los 12 años con la no autorización para ir a Estados Unidos a entrenar patinaje sobre hielo.

Y cuando cumplí 12 años investigué junto con mi papá de un campamento en Sacramento, California, campamento en el que estudiaba en ese entonces Michelle Kwan que era campeona olímpica de patinaje y yo me quería ir. De hecho, yo le planteé a mi papá que si por favor me podía mandar un año, un año, y él no me limitó, o sea, me acompañó en el proceso de búsqueda, mi mamá entre que sí y que no... pero... digamos que dejó que el proceso avanzara, y ya cuando tenían que firmar el documento los dos para darme el permiso para ir... mi mamá ya no quiso firmar (Yazmín, Wushu, 24/04/2024).

El apoyo del padre durante este proceso fue importante para acercarse al estudio profesional del patinaje sobre hielo; sin embargo, la madre no autorizó la partida de Yazmín hacia California, lo que marcó profundamente la relación entre ellas. A partir del ataque epiléptico de su madre, Yazmín tuvo una carga emocional importante, a la que se suma el estar pendiente de sus hermanas y de otras situaciones. Que su madre no la hubiera apoyado para irse al campamento de patinaje marcó un antes y un después en la relación entre ellas, ya que se produjo un quiebre que se acentuó con la partida de Yazmín a Italia a los 16 años.

El cuerpo, además de ser afectado mediante las instituciones sociales, también recibe marcas en los entornos cercanos como la familia. Estas marcas repercuten en los procesos subjetivos y son constitutivas del género (de Lauretis, 1989). Las prácticas de cuidado emocional que realiza Yazmín en su familia representan un desgaste para ella que se intensifica al llegar a la adultez, en situaciones ocurridas con sus hermanas, con su padre y con la muerte de su madre. La práctica del Wushu le permite una contención, un equilibrio y un entendimiento para las demás situaciones que se le presentan.

La relación de Estela con su madre también es marcada por situaciones vividas con ella y su entorno familiar —dos hermanas y un hermano— durante la adolescencia:

Mi hermano recibía mucho favoritismo de mi mamá... y mis papás se divorciaron, y realmente mi mamá fue la que nos educó en toda nuestra adolescencia y en adelante... y pues, ver cómo todo el favoritismo que recibía Miguel y yo tratando de buscar, no siendo su favorita, pero al menos igualando el estatus que tenía Miguel y no lográndolo... y... y este... y luego mi hermano precisamente diciéndome, era muy *bullying*³⁴ completamente cuando éramos niñas, o sea, escuchar tonta era el pan de cada día... no sé cuántas miles de veces escuché esa palabra, pero yo no podía expresarme, no podía decir que algo me gustaba, porque era tonta porque me gustara... era... yo no podía decir que algo me dolía, o que iba a llorar por algo, porque era tonta de eso, todos mis sentimientos, como consecuencia, yo era una tonta, ¿no? Y mi mamá lo permitía porque decía: “es un hombre rodeado de mujeres, tiene que ser hombre, tienes que dejarlo”. Entonces yo decía: “dios mío, pero qué... me siento muy frustrada, me siento muy sola, me siento muy sin valor, ojalá no hubiera... ojalá no hubiera de verdad estado aquí, ojalá pues no, pues con mis

³⁴ Concepto proveniente de la palabra *bully*, del idioma inglés, que se traduce como abusador y que es utilizado para nombrar las diferentes formas de maltrato o acoso hacia otra persona o personas. Información obtenida desde <https://concepto.de/bullying/>

hermanas ya tienes ¿no? O si no, con mi hermano ya tienes... total... este pues, pues muy espantoso y luego... querer tener amigos y que prefieren estar con mis hermanas, hígole quisiera decir que me ponía triste, pero me ponía furiosa ¿no? Todo me ponía furiosa... entonces... sí... eventualmente eso se convirtió a que los demás me atacaran y yo simplemente me enojara, yo me convertí en una persona en que no le podías decir tanto sin que explotara (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

El enojo de Estela provenía de sentimientos asociados a injusticias dentro del entorno familiar, donde no podía expresarse sin recibir hostilidad sobre su persona. La reacción de su madre es tajante al indicarle que debía aceptar las groserías de su hermano, con la justificación de que “es hombre”. En este relato, puedo evidenciar cómo se instala la *feminidad* o la *masculinidad* desde la actitud de una mujer adulta hacia sus hijos e hijas, con explicaciones que se justifican por la segregación de mujer/hombre dentro de la familia. Estela es la mayor de sus hermanas y hermano, y él es el menor de la familia, por lo que la diferenciación que realiza la madre de Estela es muy fuerte, al posicionarlo como “hombre” que tiene la razón a pesar de ser grosero, e inculcarle un rol masculino violento contra las mujeres (y las de su familia). El *habitus*, entendido en esta situación como el resultado de una interacción en la familia, está estructurado en la feminidad como componente principal para la crianza de las niñas. El aprendizaje constante que tiene la subjetividad de Estela es ignorar lo que siente, lo que le gusta, y no expresar sus emociones. Posteriormente, las consecuencias de esto repercuten en sus relaciones con otras personas y también en su postura corporal, donde la práctica del Kung Fu le ayuda a ver su cuerpo, a comprenderlo y a realizar los cambios correspondientes para mejorar su postura, al mismo tiempo que se migra a la percepción de un cuerpo distinto.³⁵

Otro de los momentos que marca a Estela es el fallecimiento de su madre. En sus palabras:

Pues un dolor más grande no había sentido en mi vida y honestamente no fue el trabajo lo que... lo que me mantuvo a flote... fue el Shaolin lo que me sacaba las lágrimas. Yo entrenaba y lloraba y siempre me ha pasado así, cuando he tenido un problema personal y tal, lloro, es como si fuera un lugar donde puedo liberar las emociones, llorar, llorar, llorar, siempre he dicho que cuando algo triste me pasa... se genera una necesidad de tener que

³⁵ Cf. el apartado “Haciendo cuerpo” de este trabajo.

llorar para sanar, pero llorar es muy difícil, tienes que estar en el momento adecuado, con la confianza adecuada, con la honestidad adecuada, sintiendo lo que tienes que sentir. Es algo muy difícil. Entonces, cuando algo me hace, me logra hacer llorar, yo digo muchas gracias que... sí está bien sacar esto del pecho, sí está bien sacar estas lágrimas, en vez de que se queden ahí, y Shaolin fue el ejercicio donde yo pude, y me hiperventilé y me liberé y soy muy intensa, pero es un dolor que pude sacar a través de mi arte marcial... no fue la gente, porque la gente no sabía escuchar. Si algo aprendí es que mucha gente no sabe lidiar con alguien que está en duelo [...] la muerte de mi mamá fue algo que pude dejar de lado, y entonces fue como un conjunto de todas las emociones (Estela, Shaolin, 5/12/2023).

La vivencia del duelo por la muerte de su madre es una situación emocionalmente intensa para Estela, que requiere de expresar las emociones que este duelo conlleva. Con la práctica de Kung Fu Shaolin, Estela es capaz de dejar salir sus emociones sin temor y sentirse acompañada por el grupo de práctica. Durante esta práctica que requiere de concentración, memorización de formas, intención, movimiento y repetición, Estela libera el dolor del duelo de su madre y entiende sus emociones, al mismo tiempo que entrena Shaolin.

Con respecto a la relación de Nicole con su madre, esta tuvo un quiebre en su adolescencia producto de la violación que Nicole vivió a los siete años. En sus palabras:

En mi adolescencia yo recuerdo que me veía mucho en el espejo y yo sentía que era diferente, pero yo pensando en mi trauma, y mi mamá siempre me decía: “¡Ah! No te pasó nada”, nada más te restregó, pero no tuviste un abuso sexual, ¿no? Entonces siempre fue una pelea con mi mamá, siempre, siempre, por algo estamos de luchonas siempre, y siento yo que es resentimiento de mi parte también, ¿no? Okey, entonces supongamos, yo le decía a mi mamá: “no me penetró y ¿cómo se llama a lo que me hizo? A masturbarse, a restregarse, ¿cómo se le llama?” Y entonces mi mamá era como de: “es que no te hizo nada”. Es que sí me hizo, y te lo estoy diciendo y no me estás creyendo... y esa era en mi adolescencia de catorce, trece años (Nicole, Jip-Do, 30/01/2024).

En la relación de Nicole con su madre también existe un quiebre producto de la discusión de si acaso fue o no abuso sexual lo que vivió Nicole en la infancia de parte de un miembro de la familia. Esta separación entre Nicole y su madre se acentúa al ver que su entorno cercano sigue yendo a la casa del primo que la violó hasta los días de hoy. Actualmente Nicole y su madre se ven de vez en cuando. En sus palabras:

Voy a ver a mi mamá, pero no es la misma relación, no es como que esté tan apegada a ella y ella lo siente, lo sabe, me lo ha externado, pero... no [...] mejor por lo sano, y mi hermana por ejemplo sí vive con mi mamá y todo el tiempo son muy codependientes. Entonces, mi mamá está enferma, tiene fibrosis... entonces, si mi mamá tose, mi hermana: ¡qué tienes! ¿Estás bien? Entonces yo ya les he dicho: “miren, o sea, esto va a pasar, mi mamá tiene que morir, porque de esta enfermedad no hay cura, no hay retroceso, o sea, relájense” ¿no? Y ella deja de salir o de ir a lugares por cuidarla, y como mi mamá todavía está bien a comparación de otras personas, y si se siente mal puede llamar, o sea, no porque tú vayas un día con tus amigos significa que no la quieras... entonces, he peleado mucho con esa situación. Entonces mejor he decidido alejarme y que ellos se manejen como lo crean conveniente (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

Nicole desde la infancia comienza a romper con la *feminidad* en la realización de deportes de todo tipo y a los 19 años prueba el Kung Fu.³⁶ Ella se aleja constantemente de la idea de “mujer” que impone su madre, quién desde pequeña le dijo que una mujer debía preocuparse de la casa, los hijos, el esposo y nada más.³⁷ Hoy, a sus 29 años, es madre de dos niñas de siete y ocho respectivamente. Señala que quizás ha tenido muchas fallas como madre:

Pues... ese es un pesar mío... porque emmm... siento yo que acá me enfoco a ser muy buena, pero sé que como madre he tenido muchas fallas, que las he dejado [a sus hijas] porque no les gusta venir, porque es lejos, porque se sienten cómodas con su abuelita [su suegra], por ejemplo... entonces dejar ese tiempo que puedo jugar, o ser como otra mamá que está al pendiente de las tareas, de todo, yo estoy al 50 y 50, entonces, si cuando son las niñas y me las han tocado por algún tema de es que: dedícate a tus hijas ¿no?, o tus hijas están solas, o mi mamá me dijo: “es que tus hijas están solas, tú estás por allá riendo, jugando, o así, y tus hijas aquí”, ¿no? Entonces sí, cuando me las tocan, si es, mira yo sé qué errores tengo como mamá, no necesito que tú todavía me hagas sentir más mal de lo que ya me siento, y no es pues que yo esté aquí llorando ¿no? O sea, tengo que vivir mis cosas; cuando estoy con mis hijas, estoy con mis hijas, jugamos que las barbies que las bicis, ahorita ya andan con la bici, entonces, que las bicis entonces, nunca estoy completamente. Entonces sí, las niñas para mí, sí me pesan mucho (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

³⁶ Cf. el apartado “Cuerpo afectado, cuerpo emocionado” en este trabajo.

³⁷ Cf. el apartado “Cuerpo afectado, cuerpo emocionado” en este trabajo.

Nicole se ha alejado de su madre por las ideas que ella tiene de ser mujer y de cómo criar a las hijas; además, por otras situaciones en las que no logran llegar a acuerdos. Sin embargo, Nicole ha sido capaz de entender a su madre y de ya no discutir ciertas cosas, sino optar por alejarse de ella y de su familia. La comprensión de estas emociones pasa por el trabajo emocional que Nicole ha realizado, donde el Kung Fu la ha ayudado a equilibrar y a profundizar en las emociones para también entenderse a sí misma. En este relato también se expresa la idea de maternidad, que tiene que ver con atender a sus hijas en todo momento, en abnegación, sacrificio y culpa; una idea de ser madre instalada y estructurada por la feminidad, donde se deja de lado el desarrollo propio para entregar toda la energía a los hijos e hijas (Sánchez Bringas y Lugo, en prensa), lo que en este caso lleva a Nicole a sentir culpa de vez en cuando.

En este apartado pude evidenciar, a través de los relatos de las mujeres entrevistadas, cómo *hacer género* (West y Zimmerman, 1990) atraviesa el cuerpo y los procesos subjetivos, mediante *actos repetitivos* (Butler, 2007) que dirigen al cuerpo hacia una división basada en la matriz heterosexual. Esta manutención de mandatos de género se apoya en la noción de *tecnologías de género* (de Lauretis, 1989) que actúan como representaciones y marcan la pauta que dirige a los sujetos a encajar en lo que se considera femenino o masculino. La *feminidad* adopta diferentes formas de acuerdo a las etapas de la vida que atraviesen las mujeres para reforzar esta construcción en la sociedad occidental. Además, la feminidad tiene que ver con estructuras y condiciones propicias para seguir en la segregación entre mujeres y hombres (Young, 1990). A esto, se agregan las exigencias del orden de género en el contexto mexicano, que también cambia de forma a medida que las mujeres entrevistadas atraviesan distintas etapas en su vida. Las ideas de cómo debe ser una mujer y cómo debe comportarse se encuentran marcadas por un control de la sexualidad que también produce efectos en sus cuerpo y sus emociones.

Como señala Goffman (1977), la vivencia de lo femenino o lo masculino repercute en sentir de manera diferente y vivir experiencias diferentes. En Estela, se puede evidenciar cómo su madre marca una diferencia tajante al señalarle que debe aceptar ser insultada por su hermano, porque él es un hombre rodeado de mujeres. Esta situación marca la pauta que dirige a Estela hacia una represión emocional constante, que repercute en la inseguridad de su cuerpo y de todo lo que siente. Yazmín no recibe contención de su madre durante la

infancia y tampoco apoyo para seguir su carrera como patinadora, lo que afecta de manera muy fuerte en la relación entre ellas. Y Nicole, al no tener la comprensión de su madre sobre el abuso sexual que vivió en la infancia, decide alejarse de ella y mantener las relaciones con su familia de origen de manera distante. Ella intenta romper con la idea tradicional que le inculcaron de cómo ser madre dentro del orden de género mexicano, a través de la crianza de sus hijas y de su propia vivencia del ser madre, al decidir realizar las cosas que le gustan, al mismo tiempo que cría a sus hijas. Es decir, la *feminidad* es una construcción profunda que se transmite de diferentes formas durante todas las etapas de la vida, en los entornos cercanos como la familia, y luego en las instituciones educativas.

La práctica del Kung Fu en las mujeres entrevistadas permite una transformación a nivel subjetivo y corporal en distintos momentos durante su trayectoria como practicantes. Por un lado, esta transformación a nivel subjetivo permite un entendimiento de situaciones ocurridas en el pasado que las lleva a una comprensión de situaciones vivenciadas y al desarrollo de una sensibilidad que permite sentir las emociones y no reprimirlas. Por otro lado, a través del cuerpo y su ejercicio del Kung Fu logran expresar las emociones, lo que les permite un equilibrio y una tranquilidad en sus vidas. En este camino, logran canalizar las emociones más agresivas —como el enojo o la rabia— mediante la práctica del Kung Fu, emociones que no son permitidas en la construcción de la *feminidad*.

Las representaciones a través de las *tecnologías de género* son muy potentes, ya que se instalan a nivel subjetivo y corporal de manera constante, donde las condiciones socioculturales favorecen la desigualdad entre niñas y niños, mujeres y hombres (Sánchez Bringas y Lugo, en prensa). Nancy Chodorow (1984) señala que, durante las primeras etapas de la vida, la construcción de la feminidad es impulsada en las interacciones sociales; estas últimas generan patrones sociales generizados, donde se dirige a la niña a una dependencia frente a otros y a una separación en el niño.

5.3. Hacer espacio

A continuación, reviso las formas en que las mujeres practicantes han manifestado su descontento con ciertas actitudes e injusticias presenciadas en los espacios de artes marciales. A la vez, examino situaciones en que se deja entrever el machismo presente en los espacios de artes marciales y las respuestas de las mujeres entrevistadas ante estas situaciones.

En un primer momento, a raíz de la experiencia de entrenamiento de Yazmín durante tres meses en China, hubo una situación que marcó su estancia en ese lugar. En sus palabras:

“No, es que no puedes dormir, hay que limpiar porque en cualquier momento llega salubridad”. Toda una escuela inmensa, era limpiarla toda. Y de pronto digo: “Okey, va”. Empezamos a limpiar, yo ya muy enojada... y de pronto... porque él dormía en frente de mi cuarto, Quian Tao³⁸ así: [hace mímica de bostezar] ¡ah! bostezando con el celular, y yo me acerco con Fang Ge³⁹ y le digo: “Oye... ¿qué onda con Quian Tao y con Fachan?”⁴⁰ Fachan era el cuñado de Shifu,⁴¹ cuñado literal que estaba estudiando ahí también... le digo: “Oye ¿qué onda con Quian Tao y Fachan?”, le digo: “Pues, están bien dados”, o sea, “Entrenan cañón”, o sea, “Van a ser de gran ayuda”. Dice: “No, no, no, Yazmín ellos no, ellos no, ellos no pueden limpiar”. Y yo: “¿Cómo que no pueden limpiar Fang Ge?”. Me dijo: “No Yazmín, ellos no pueden limpiar, ellos no están destinados a este trabajo en la escuela”. Y yo: “Pues, hoy sí van a estar destinados Fang Ge”. Ella me dice: “No, no, Yazmín ¿Cómo? ¿Qué estás diciendo?” Pues, si ellos no limpian, yo tampoco limpio... y como que ella iba a tomar esa decisión, pues no limpies, pero honestamente me sale mi rebelde punk... y digo: “No, o sea, yo no te voy a abandonar en la empresa... o sea, pero todos tenemos que limpiar, y estos hombres que están bien dados, que entrenan con todo, tienen mucha fuerza para limpiar vidrios y todo”. ¿No? O sea, yo ya en ese plan... y dice: “No Yazmín, ellos dos no pueden limpiar”. Le dije: “Fang Ge, perdóname, en esta ocasión no va a haber jerarquía” y me fui a la bodega, me fui por dos escobas, me fui por trapos y empecé a tocarles la puerta así de ¡traca, traca, traca! Y ellos qué qué, qué, qué, y yo nada más recuerdo esta frase de: “¡*Clean... now!*” [se para y hace la mímica con la frase] Pero *now!* Pero *now!* ¡Te sales! “No, pero cómo que no sé qué...”. Bueno, empezamos a pelearnos y yo no sé que energía saqué... que empezaron a limpiar los dos, pero Shifu viendo desde arriba... todo lo que estaba sucediendo... o sea, porque además yo me puse así en plan de dar discursos mientras limpiaba y de decirle cómo y de ¡órale limpia mijo! O sea, porque incluso en ese momento no fue coach, fue como de: “A ver mijo ¡límpiele ahí! y límpiele bien y tállele... y o sea... en eso se convirtió ese día. Y a partir de ahí, yo fui el diablo de esa escuela. Shifu, este... creo que me odió en ese momento, no me quiso dar más

³⁸ Maestro chino.

³⁹ Maestra china.

⁴⁰ Maestro chino.

⁴¹ Nombre que se le otorga al máximo exponente en una escuela de Kung Fu.

clases... Porque también que nos iba a enseñar Pakua⁴² algo así, nunca sucedía eso, yo lo reclamé, lo reclamé a tal punto después de esto que había sucedido que un día baja, un día baja a darnos Pakua... bueno algunos ejercicios ahí de Pakua... curiosamente siempre me agarraba a mí de ejemplo para hacer combate y todo bien. Todo bien... curiosamente ese día me lastimó la garganta... te lo juro... curiosamente ese día él aventó una aplicación donde curiosamente no pude hablar durante dos semanas (Yazmín, Wushu, 27/03/2024).

Las jerarquías dentro de los espacios de artes marciales están marcadas por los grados que se obtienen a través del avance en la práctica del Kung Fu. Estos grados dependen de lo que estipule la escuela. Cada persona que asiste, respeta el lugar que le corresponde de acuerdo a su avance y antigüedad (Espitia, 2015). Yazmín en este relato se enfrenta a una situación en donde el maestro (Shifu) indica que la limpieza debe ser llevada a cabo solo por las mujeres de la escuela y los demás mexicanos que se encontraban ahí. Ante tal situación, ella se enfrenta a la jerarquía y reclama que todos deben limpiar. El acto de no callar y manifestar su descontento le trae represalias que se manifiestan en daño corporal de parte del entrenador, que la deja sin habla durante dos semanas. A pesar de la dificultad para comunicarse por el idioma, Yazmín se expresa en inglés, a lo que suman sus gestos y sus movimientos corporales para romper con la complicidad masculina y las jerarquías marciales.

En un segundo momento, al igual que Yazmín, Nicole no calla ante las injusticias ocurridas en su escuela. Ella señala:

Cuando empecé a estar a cargo de algo... antes, como te decía, era alumna, no veía ese tipo de actitudes hacia mí... cuando empiezo a tener cierto peso, ya sea por la edad en la que me encuentro en la escuela y... exhibiciones, Nicole, Nicole, Nicole, pues empiezas a generar una expectativa o un peso ¿no? Que a lo mejor no a muchos les gusta, entonces empecé a ver actitudes de yo soy mayor o yo tengo más rango que tú y tú me debes de hacer caso a mí, y aquí te enseñan que lo que dice el maestro es ley. Pero no, o sea, hay cosas que sí no están bien. Ahí me empecé a percatar de que esto no es normal, no está bien y no debería pasar. Entonces, si tú te quejas o si tú lo dices, terminas siendo... a mí me dijeron la chilindrina, que va y llora con el papá, ¿no? Entonces son cosas que sí son de peligro, de que esto no está bien, entonces lo empecé a detectar desde que empecé a tener peso en esto, en exhibiciones. Cuando me vuelvo maestra de danza... lo noté más, fue más directo. Fue

⁴² Nombre de una forma específica en el Wushu.

más preciso y sí hubo días en los que no, ya no quiero, ya no quiero, dejé de venir como seis meses, porque dije: “Es que esto no está bien, esto no puede ser, no puede seguir, no me gusta”, o sea, todo lo malo lo encontré. Dije: “A lo mejor me hace falta alejarme un tiempo...” y dejar de dudar de mí ¿no? Cuando yo regreso, pues regreso con una fuerza y fue de: “Ya no me interesa tu opinión, ya no me interesa lo que pienses, cómo estés, pobre de ti”, yo me voy a enfocar a disfrutar y es ahorita en lo que me encuentro. Disfrutar de lo que aprendo, de lo que hago, de lo que me gusta y ya no pensar en: “es que este maestro lo está haciendo mal...” o “¿por qué lo hace así?”, o “es que no está poniendo atención a los demás...” y ya, dejé de ver eso y me enfoqué en mí (Nicole, Jip-Do, 16/01/2024).

Las inseguridades y dudas sobre sí misma y su capacidad comenzaron a acentuarse al momento de ser más visible, de recibir ciertas críticas e imposiciones de jerarquías basadas en los grados y en la antigüedad en la escuela; críticas que provenían de otros maestros. Al no callar ante estas situaciones, recibe comentarios que hacen que se aleje un tiempo de la escuela; sin embargo, este tiempo es crucial para darse cuenta de que está bien manifestar su sentir, que el enfoque debe ser valorarse a sí misma y sus conocimientos, y también disfrutar de su práctica. Ser maestra de Danza del León le ha otorgado un lugar más visible y con más responsabilidad en su escuela, lo que también le ha brindado una fuerza para realizar su trabajo. Esta fuerza, vista no como física ni que tiene como fin la aniquilación, sino “una fuerza que es capaz de modificar lo existente, de modificar el presente” (Chiricosta, 2023, p. 34), una fuerza que permite la transformación luego de volver al equilibrio y al propio eje.

En un tercer momento, Estela, luego de manifestar sus críticas hacia los maestros, ha decidido callar ante nuevas situaciones:

Yo al principio criticaba mucho, o sea, lo dejé de hacer porque me trajo problemas con los maestros, pero llegó un punto en que yo los criticaba y también lo mismo de: “oye, no debiste haber hecho esto; oye, no te debiste haber burlado de ellos como lo hicieron bien chistoso...” Ya sabes. Los criticaba un montón, pero más que ayudarlos a ellos o al grupo o lo que sea, yo terminaba con pleitos personales... eeh, como ya te he dicho, los dos maestros son hermanos, entre ellos se apoyan y yo nunca he tenido... prioridad, ni siendo la novia ni nada... ni por 10 años y sigo teniendo problemas hasta la fecha por eso, o sea, estoy en un ambiente en el que... mi opinión la tengo que dar muy inteligentemente... porque si llego a criticar a uno de ellos dos y me embarco en esa guerra, por así decirlo... van a ser siempre dos contra uno, mínimo, y de esos dos pues la que se va soy yo, la que va

a entrenar con problema personal soy yo, la que va a tener problemas con el novio soy yo, porque el apoyo viene de allá y convivo mucho con los dos. Entonces no me conviene tener problemas personales y es una situación que he aceptado pues con el tiempo. Pero te digo que hubo un tiempo de rebeldía en que yo también criticaba de: “oye, tú tampoco estás tan preparado para enseñar, y no digo que los vayas a lastimar o algo pero, pero pues podrías ser un poco más rentable, más vendible, no sé cómo decirlo, un maestro más comercial... no estamos en China como para que les puedas simplemente tratar frío, o sea, tienes que venderles la idea”. Por... también por mi carrera profesional, mucho de lo que te enseñan es vender, vender, vender, vender, vende la idea, ¡vende todo! Entonces yo llego a Shaolin y digo: “¡hay que vender Shaolin!, yo creo que hay que ser más comercial, yo creo que hay que ponerles más, creo que hay que ser más” Ya sabes... como estos otros maestros ¿no? “El camino de Shaolin es otro”. Choques ¿no? (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

Estela ha decidido callar en su escuela para no tener problemas personales que traspasan el espacio de entrenamiento de Shaolin. Su idea de comercializar el arte marcial, para recibir más alumnos/as, no fue tomada en cuenta ya que chocaba con ciertas ideas y creencias de la escuela y sus maestros. En esta situación, la jerarquía no tiene que ver solamente con la trayectoria en el Shaolin, sino que también con la familia, donde existe una complicidad masculina en la relación entre los maestros que también son hermanos, por lo que Estela se siente en desventaja al expresar su opinión.

Dentro de estos espacios donde se presentan jerarquías claramente delimitadas, las mujeres practicantes hacen frente cada una a su manera, para convivir, expresar sus sentires y no dejar de entrenar sus estilos de Kung Fu. Retomo a Hortensia Moreno (2011) con la noción de *cuerpo atlético* presentada a los inicios de esta investigación, donde se legitima al varón, adulto, blanco, heterosexual que, a su vez, excluye a quienes no forman parte de esta clasificación, como las mujeres. Este imaginario del *cuerpo atlético* actúa en “dispositivos simbólicos, formales, organizativos, institucionales, legales, escénicos, contractuales, técnicos o discursivos que configuran el campo deportivo como un espacio donde se (re)produce performativamente la desigualdad social” (pp. 75-76). Es decir, las relaciones jerárquicas que ocurren en los espacios de artes marciales frecuentados por las mujeres practicantes se basan también en diferencias atravesadas por los ejes de “género, clase social, etnia, orientación del deseo, nación, edad, escolaridad” (Moreno, 2011, p. 76).

Las relaciones de género presentes en los espacios de artes marciales están marcadas por la legitimación de este *cuerpo atlético* —con todos los ejes que lo atraviesan— y las mujeres practicantes, al presenciar situaciones de injusticias, toman diferentes caminos que las llevan a fisurar en algunos momentos la representación de *feminidad* al expresar sus malestares. Como resultado, Yazmín debió buscar nuevos lugares de práctica, Nicole se volvió más segura ante las críticas de los maestros y Estela decidió callar para evitar problemas en el espacio de entrenamiento y también familiar.

A raíz de la situación vivida por Yazmín en China, la acción que ella realizó al enfrentar las jerarquías de la escuela tuvo repercusiones no solamente en su cuerpo físico con el golpe a la garganta que le dio el maestro chino, sino también a su llegada a México por parte de su maestro.

Yo ahí empecé a tener quiebres con Gabriel [su maestro en México], este... porque fui muy rebelde, sí externé muchas situaciones que no me gustaron nada... este... me enfrenté con un machismo muuuuuy fuerte, muy fuerte, este, la familia de mi papá es libanesa [...] y ahí hay una tendencia muy... hay una expresión machista de la vida y mi mamá era una persona este... una mujer de rancho [...] mi mamá se impuso ante esa expresión que trae mi papá de la relación del hombre y la mujer ¿no? Entonces [...] el Wushu para mí fue siempre como... no a nivel consciente ni conceptual, pero una forma de, de ganar territorio físico y como esa lucha ¿no? Como esa lucha... de años de generaciones de mujeres; mi abuela era Adelita [...] este, entonces, sabes que yo siento como que tengo esa parte de ¡güey, soy mujer, soy guerrera! o sea, tengo que guerrear, o sea, no te voy a decir que sí, o sea, no me voy a poner el mandil y voy a decirle: “okey, sí, está bien”. O sea, para mí la imagen cercana que tengo de las mujeres siempre fue la de una mujer guerrera... Entonces, para mí el vivir el Wushu desde mi ser guerrera, que tú hombre me vinieras a someter, a ver, no, no nos estamos entendiendo; sin embargo, es un mundo de hombres, pero yo no lo tenía consciente... o no me había enfrentado a ello así, para mí era al contrario, güey soy una mujer haciendo Wushu y... o sea, más bien estaba omitido eso completamente ¿no? Y en China, se me puso de frente con todo y fue de las cosas, fue de las experiencias más rudas que yo viví allá y de las cuales no me pude quedar callada... y [...] sí fue de como de: “no me importa que seas el coach, no me importa que seas el Shifu, aquí yo como mujer ¿qué pedo?, ta, ta, ta, ta, ta [...] sin duda no me arrepiento de lo que hice, o sea, tampoco hice algo que yo considere nada grave. Para las éticas marciales, cuando les conté a mis compañeros de aquí, pues todos se quedaron como: “híjole Yazmín, es que quizás sí te

subiste un poco de tono...” Pero... pues yo hoy en día no, o sea, nunca me arrepentí de eso (Yazmín, Wushu, 27/03/2024).

La idea que Yazmín tiene de ser una mujer ha sido construida por ella en torno a los linajes de la línea materna que han existido en su familia y por la crianza otorgada por su madre, por lo que no iba a aceptar situaciones de injusticia hacia las mujeres en ningún lugar. Para Yazmín, la práctica del Wushu en su vida al momento de estar en China era una forma de lucha como mujer, donde las injusticias justificadas por las éticas marciales y la cultura oriental en la que se encontraba no eran razones para callar. Esto también produjo limitaciones al conocimiento durante su estancia en China y la prohibición de parte del maestro chino de la relación de amistad entre ella y Fang Ge (maestra china). Al volver a México, Yazmín tuvo discusiones con su maestro que nunca llegaron a conciliarse. Con el tiempo, se sumaron otras situaciones que propiciaron la salida de Yazmín de la escuela en la que practicaba Wushu y comenzó la búsqueda de otro maestro en México.

La jerarquía en la escuela de Nicole está muy presente a través de las distintas fajas de colores que indican los grados avanzados. Al respecto, ella señala:

dentro de las clases, todos los alumnos tenemos jerarquías [...] yo no avancé de grado hasta después de un ratote... porque no quería hacer exámenes, los hice después, pero había gente que era más joven que yo, que empezaba a avanzar en los exámenes y tenía un grado más grande que yo. Entonces ahí ya empezaba el: “respétame, porque tengo una faja más grande que tú”. Pero no había como ese respeto en cuestión de personas... o sea, como respeto a la faja se da, pero ya en cuestión de persona pues no. Ya no trabajo con ellos, no tomo sus clases y entonces empieza a haber esa... distancia (Nicole, Jip-Do, 16/01/2024).

Las jerarquías presentes en su escuela basadas en el color de la faja provocan separaciones y críticas entre las personas practicantes. A pesar de esto, Nicole cambia de perspectiva al reflexionar desde su alejamiento de la escuela y también el entender que su trabajo es igual de valioso que el de los demás maestros:

Trabajo me ha costado estar aquí, entonces las friegas me las han dado y han sido fuertes, yo aquí, ¿por qué no me voy a pavonear?, o sea, ¿por qué no voy a entrar con confianza?, sé lo que estoy haciendo y lo que estoy diciendo... ¿Por qué? “Sí maestro sí, sí le debo respeto sí”, pero yo aquí me paseo como en mi casa, entonces... sí ha cambiado mucho mi

postura, mi confianza y caminar de que sé lo que estoy haciendo y por qué estoy aquí ¿no?
[...] entonces entro con seguridad (Nicole, Jip-Do, 30/01/2024).

Luego de alejarse un tiempo y de reflexionar acerca de la incomodidad que sentía en su escuela, Nicole logró cambiar de perspectiva y sentir seguridad con todo el trabajo que ha realizado y realiza como maestra y como alumna. Por último, Estela, al reflexionar sobre las artes marciales y las mujeres, relata:

De las artes marciales es que ser mujer tiene ciertas desventajas, y que el peso que tiene una mujer en la sociedad es complicado, el modo en que la mujer está educada en manejar sus emociones es también muy complicado, o sea, la invitación... ni siquiera te podría decir cuáles son, porque solo sé hasta cierto punto, yo misma tengo un grado de machismo... y no sé identificar cómo sería mi vida sin este ambiente ¿no? Pero al final de cuentas, he sentido que las artes marciales han sido un arma para combatir eso, un pilar... te digo que me gusta [...] porque hay muchísimas mujeres como yo... en algunos casos sumisas y después de las artes marciales se convirtieron en esas personas fuertes y con confianza (Estela, Shaolin, 5/12/2023).

Estela realiza una diferencia entre mujeres y hombres en la práctica de artes marciales, no solo en el aspecto físico, como ella misma decía en apartados anteriores,⁴³ sino que también reconoce una educación diferenciada hasta en el manejo de las emociones. Acepta el machismo existente en la vida cotidiana y también la potencialidad de la práctica de artes marciales en mujeres que las podría llevar hacia una transformación con el aumento de la confianza y la fuerza.

Como conclusión a este apartado, luego de los relatos revisados de Estela, Yazmín y Nicole, considero que las diferencias entre mujeres y hombres practicantes de artes marciales traspasan las fronteras y se acoplan a las culturas occidentales y orientales. En la situación vivida por Yazmín en China, se reflejan las jerarquías en los espacios de artes marciales, y también en el mantenimiento de la división entre mujeres y hombres a través de la asignación de tareas culturalmente asociadas a la *feminidad*. La imagen a la que nos traslada Yazmín es clarificadora, donde el maestro chino ve todo lo que ocurre desde las alturas y baja solo para reprimir el cuerpo de Yazmín, mediante el uso de su conocimiento en artes marciales.

⁴³ Cf. el apartado “Haciendo cuerpo” de este trabajo.

En esta línea, retomo el trabajo de Hortensia Moreno (2011), quien hace un recorrido por los orígenes del deporte y da a conocer que a lo largo de la historia ha sido un lugar hecho por y para hombres. Sin embargo, este campo deportivo de Kung Fu recreativo o competitivo produce un entrecruzamiento entre Oriente y Occidente. El Kung Fu, es una práctica oriental que trae consigo características históricas de la cultura y la sociedad chinas, que al ser occidentalizada genera intercambios, pero también similitudes que llegan al cuerpo de las mujeres practicantes. La existencia de un espacio de práctica de Wushu en China que recibe alumnos/as extranjeros indica una apertura hacia la occidentalización del Kung Fu, que pasa por la comercialización de la práctica, tal como ocurrió con la llegada del Kung Fu a occidente.⁴⁴ Como señala la autora Yenna Wu (2008), “orientada hacia una economía de mercado y una cultura de consumo masivo, la China contemporánea está empezando a ver muchos problemas similares a los de occidente” (p. 131). En estos problemas, se reflejan las desigualdades entre mujeres y hombres con respecto a la práctica del Kung Fu. La existencia de una sociedad patriarcal en China tiene un largo recorrido que implica la dependencia y subordinación de las mujeres a través de leyes, rituales, familia, lenguaje, etcétera (Fisac, 1997); que además se refleja en la no visibilización y la prohibición a ellas para participar de los primeros exámenes para ser instructoras de Kung Fu en 1934 (Acevedo *et al.*, 2010).⁴⁵ Es decir, se repite la lógica patriarcal de un espacio y una práctica de exclusividad que repercute en el cuerpo de las mujeres. Esta exclusión se realiza en conjunto con la institución deportiva “la cual se configura como un aparato regulador, emisor y destinatario de discursos e imágenes que se traducen en prácticas sociales” (Moreno, 2011, p. 76); además, esta segregación de las mujeres se traslada a los cuerpos, se afirma en discursos basados en la diferencia biológica y en las ideas de masculinidad y feminidad.

Al estar el ámbito deportivo construido y delimitado para la participación de determinados cuerpos, la presencia de las mujeres produce incomodidad, porque rompe con lo establecido en las reglas. Para las mujeres practicantes de Kung Fu, estar en espacios de artes marciales conlleva una constante lucha que se transforma de acuerdo a las condiciones de estos espacios. Y también, esta lucha es un proceso de aprendizaje que se adapta a las perspectivas que ellas tengan en esos momentos para seguir en su práctica de Kung Fu.

⁴⁴ Cf. el apartado “Kung Fu como objeto de consumo” de este trabajo.

⁴⁵ Cf. el apartado “El camino de las artes marciales” de este trabajo.

Dentro del *contexto de práctica*, encuentro que las jerarquías establecidas en los espacios de artes marciales también están marcadas por el género, y las mujeres practicantes desestabilizan, interrumpen, tensan y cuestionan las diferentes situaciones que ocurren en estos espacios. Esto provoca diferentes reacciones en ellas y en las personas que participan de estos espacios, cuestión que incita a la fisura de mandatos de género y *feminidad*. De esta forma, el espacio de artes marciales para las mujeres practicantes puede ser un lugar de resistencia a través de la materialidad de los cuerpos.

5.4. Autoexigencia

En este apartado, examino la relación de mis informantes con su cuerpo al momento de la práctica de su arte marcial y qué daños padecen producto de la realización de ciertos movimientos que han ocasionado lesiones.

La autoexigencia en el Kung Fu que viven las mujeres practicantes las ha llevado a distintas sensaciones que se han manifestado en el cuerpo. Yazmín reconoce que la competencia más fuerte es con ella misma:

Soy una persona muy obsesiva... muy obsesiva... muy perfeccionista, este... muy competitiva... desde, o sea, y competitiva de entrada conmigo, o sea, mi primer rival soy yo siempre, de hecho nunca me han importado los otros, pero conmigo es el monstruo horrible, o sea, me cuesta mucho no, no... no lograr lo que me propongo, y que en ese lograr a veces me cuesta trabajo soltar, porque soy competitiva nada más solo por ser competitiva, o sea, no me gusta la competencia, pero yo soy una persona la verdad altamente competitiva en mi particularidad (Yazmín, 26/04/2024).

La obsesión dirigida hacia la perfección de los movimientos lleva a Yazmín a un estado competitivo que no le agrada. Luego, al ingresar a la competencia deportiva en el Wushu, comienza un entrenamiento fuerte para el torneo internacional; sin embargo, a la vuelta del torneo se lesiona el tobillo:

Me lesioné el tobillo... el tobillo, justo fui a Argentina al torneo internacional, entrené durísimo para ese torneo, que fue un torneo pedorrísimo, es que para mí todos los torneos son pedorros la verdad [...] regreso de Argentina... y al mes, me lesiono el tobillo, pero ya me venía molestando, o sea, ese día tronó [...] me luxé y estaba intentando un giro en el aire y se me salió el hueso, lo agité, lo enderecé, me dieron un mal diagnóstico [...] pues me la trataron muy mal, duró un año la lesión... y terminé perdiendo mi tendón y dos

ligamentos... o sea, no tengo tendón ni dos ligamentos del tobillo izquierdo [...] perdí rango de movimiento y perdí estabilidad, porque justo el tendón y sobre todo los ligamentos, son los que te... te contienen... sí, o sea, justo perdí mi contención [...] perdí las clases, mi fuente de trabajo, no tengo empleo, pues si no das clases no te pagan, también eso me llegó a llevar a los cuestionamientos de güey, ¡qué pinches conchudos todos los del Wushu! ¡Pinche sistema conchudo cerrado!, que si no eres maestro no haces más nada del Wushu, pero le das tu vida entera y la única vía es o das clases y el deporte (Yazmín, Wushu, 26/04/2024).

Al realizar una acrobacia durante el entrenamiento, Yazmín se luxa el tobillo y eso se vuelve una lesión muy larga. Durante el tiempo que duró la lesión, Yazmín acepta que no disfruta de la competencia deportiva del Wushu, y que siente malestar al pensar que solo se desarrollan dos vías para vivir de su estilo de Kung Fu: el deporte y la enseñanza. Ella señala que deberían abrirse otros caminos para expandir la práctica del Wushu. Además, la lesión la lleva a cuestionamientos que se relacionan con su cuerpo, es decir, la existencia de la disminución de la estabilidad de su postura con la pérdida de un tendón y dos ligamentos se relacionan con la estabilidad laboral asociada al Wushu.

Al igual que Yazmín, Estela se ha lesionado los tobillos en su práctica de Shaolin. En sus palabras:

La mayoría de las veces que me he lesionado los tobillos ha sido por patadas, hay patadas en las que con el mismo pie con el que saltas, tiene que ser el pie con el que aterrizas... y si aterrizas mal, como estar forzando mucho el pie al aterrizar rápido, pues ha habido veces en las que no está bien alineado y todo mi peso está en ese pie y termina cayendo chueco... entonces me he esguinzado del primer, segundo y tercer grado y ha sido espantoso, un dolor insoportable, tiendo a llorar demasiado [ríe], duele demasiado. En primera se siente como... me voy a quedar atrás ¿no? Si dejo mi entrenamiento me voy a quedar atrás o voy a perder cosas que estaba practicando... luego se siente un poco como la culpa de: “otra vez le hice este daño a mi cuerpo”... y en el momento yo no sé si va a durar una semana, o un mes, o un año, entonces el hecho o la idea de que podría durar un año, o de que me pudiera haber roto algo... también es muy fuerte, creo que es el momento más pesado de la lesión... es cuando no sé cuanto tiempo va a durar y cuando no puedo caminar digo: “no, nunca más voy a poder caminar, nunca más voy a poder hacer patadas, nunca más voy a poder estar como estaba antes”, y creo que es lo que siempre siento cuando me lesiono, de ya, ya me

rompí y no voy a sanar, ya mis capacidades cambiaron y no ha pasado, pero se ha sentido así cada vez... cada vez (Estela, Shaolin, 19/12/2023).

Los movimientos acrobáticos del Shaolin exigen saltos que requieren de precisión al momento de caer, por lo que es común la lesión en los tobillos. Estela ya ha vivido varias lesiones en ambos tobillos, por lo que sabe cómo tratarlos para que mejoren pronto. Sin embargo, su sentir al momento de la lesión es de culpa por dañar su cuerpo, que conlleva a cuestionamientos exigentes hacia sí misma de no lograr lo propuesto, cuestionamientos que se reducen a medida que su cuerpo mejora.

Nicole, por su parte, reconoce que en sus inicios de la práctica del Jip-Do le gustó el exigirse a sí misma; actualmente esta exigencia se ha direccionado hacia el reconocimiento que pueda tener en su escuela. Ella afirma:

Yo me exijo mucho... personalmente me exijo mucho porque como ya lo habíamos hablado anteriormente... yo quiero que me reconozcan como una persona fuerte independientemente del género... pero sí ayuda mucho eso de que soy mujer y también puedo. Entonces, cuando algo no me sale me frustró mucho... y en vez de salir, no puedo, o sea, menos me sale... entonces sí me llego a autoexigir demasiado, y a veces me saboteo por lo mismo (Nicole, Jip-Do, 23/01/2024).

El probarse a sí misma que puede es su manera de ser reconocida en el ambiente de las artes marciales, y la presión que ella se impone la lleva a frustraciones. Nicole ha tenido una lesión en la muñeca producto de la negligencia de un maestro, que le exigió un ejercicio de caminar en parada de manos sin antes explicar de qué forma hacerlo. Otra de las lesiones que tuvo en el entrenamiento de Danza del León fue en el coxis. En sus palabras:

Y la otra lesión fue en el coxis, se me subió la coxis... hicimos una cargada en danza, yo era alumna y mi esposo entendió mal, entonces era cargada a la cabeza y el puso su pie como arquero para que yo cayera parada en su pierna... obviamente hicimos cosas diferentes y al momento de caer, caí sobre frontón en su rodilla... entonces se me subió la coxis y me trataron aquí con acupuntura, pero dolió horrible, sí, y estuve como tres días así porque primero pensaron que era golpe, y en casa yo ya no podía levantarme, no podía subir las escaleras, me dolía horrible, horrible, y fue ya cuando me hicieron estudios y sí salió que estaba subida, y pues ya aquí me la trataron (Nicole, Jip-Do, 30/01/2024).

Al igual que Yazmín y Estela, Nicole ha tenido una fuerte lesión producto de la realización de un salto. Durante su trayectoria señala que también ha sufrido algunos golpes durante los combates y caídas que no han llevado a lesiones graves.

Los procesos de *configuración corporal* —como señalaba en capítulos anteriores— están en constante movimiento y producen cambios en las diferentes etapas de la vida. En estos movimientos del cuerpo, las personas se constituyen y también se significan. Con respecto a la educación de las mujeres en etapas tempranas —y luego al crecer—, se encuentra la instalación de la *feminidad* como límite principal para los movimientos del cuerpo, donde se les enseña a necesitar de un varón para la realización de actividades, para la solución de tareas físicas, etcétera (Young, 1990). La autora Alessandra Chiricosta (2023) agrega que “las estructuras, las inferiorizaciones sociales y culturales actúan sobre los cuerpos como dispositivos de bloqueo” (p. 22), es decir, se realizan bloqueos que desarrollan *habitus*, que posteriormente se catalogan como algo “natural”. Esta construcción es cultural e impacta en los cuerpos.

Estela, Yazmín y Nicole, a lo largo de su trayectoria, han roto con ciertos *habitus* asociados a las mujeres en general, como la práctica de deportes y de actividades físicas. Sus procesos de *configuración corporal* han mutado y actualmente trabajan su cuerpo para sí mismas y sus propias expectativas. Esto las ha llevado a una autoexigencia que repercute mediante lesiones que las alejan un tiempo de la intensidad de sus entrenamientos.

Los *actos repetitivos* que realizan las mujeres practicantes durante sus entrenamientos, performan y adquieren movimientos corporales que traspasan los límites de la *feminidad* impuesta. La vivencia de una práctica oriental en sus cuerpos las dirige hacia nuevas formas de sentir y percibir (Aschieri y Puglisi, 2010). Así se modifican las historias de sus cuerpos mediante una práctica performática densa (Chiricosta, 2023).

Durante la trayectoria de 10 años en la práctica del Kung Fu en mis informantes se han roto ciertos mandatos de género de forma paulatina, lo cual las lleva a experimentar cambios en sus *procesos subjetivos* y de *configuración corporal*. A medida que han avanzado en su práctica, los cuestionamientos cambian de forma. El querer realizar movimientos corporales de Kung Fu de manera impecable las lleva a una disciplina que a veces se transforma en autoexigencia que repercute en daño corporal. Las tres practicantes han vivido varias lesiones durante su trayectoria, al igual que algunos dolores del cuerpo; sin embargo, las lesiones que

más recuerdan son aquellas que han tenido al momento de caer luego de la realización de un salto. En estos momentos, se producen cuestionamientos acerca de sí mismas y de su práctica, que se aminoran a medida que el cuerpo mejora, lo que también abre posibilidades de desarrollo subjetivo y corporal que se transforma con las experiencias que tienen en su práctica.

Como conclusión a este capítulo, quisiera resaltar algunos puntos importantes. En primer lugar, el *hacer género* (West y Zimmerman, 1990) se produce desde temprana edad en niñas y niños, en instituciones como la escuela, la familia, etcétera, lugares que refuerzan las diferencias entre niñas y niños. De esta forma, se generan *habitus* que se recrean y repiten en distintos ambientes, donde se restringen y/o se excluyen ciertas actividades en función del sexo de las criaturas (Jordan, 1999). Asimismo, se instala en las niñas la *feminidad*, que consiste en múltiples formas de moverse, de sentir, de percibir, de comportarse, etcétera, que a su vez delimitan las condiciones de ser mujer (Young, 1990). La construcción de esta *feminidad* incluye la participación en ciertos deportes y ciertas actividades físicas para las niñas y mujeres, y se les excluye de aquellos que desarrollan habilidades como la agilidad, la fuerza, la resistencia, etcétera. Según Goffman (1977), los deportes están diseñados para que “los hombres manifiesten las cualidades que se afirman como básicas para ellos: fortalezas de varios tipos, resistencia y similares” (p. 322), es decir, este entrenamiento temprano en niños genera un sistema de referencia “que proporciona evidencia, tal vez la evidencia, de que tenemos cierta naturaleza” (p. 322). Esto último es utilizado para justificar y legitimar las diferencias y divisiones entre niñas y niños, mujeres y hombres. En las mujeres entrevistadas, el acercamiento a los deportes y actividades físicas ocurre en la infancia y también durante la adolescencia, lo que les permite abrir las posibilidades de prácticas que desarrollan diferentes habilidades.

En segundo lugar, pude evidenciar cómo las representaciones a través de las *tecnologías de género* se instalan en los *procesos subjetivos* y de *configuración corporal* desde temprana edad mediante las relaciones familiares para encajar en lo que se considera femenino o masculino enmarcado dentro de un orden de género en el contexto mexicano. En las mujeres practicantes, se destacan algunas situaciones emocionalmente fuertes vivenciadas en su relación con la madre, situaciones que posteriormente repercuten en sus vidas. La práctica del Kung Fu les ha permitido revisar y entender esas situaciones del pasado, expresar las

emociones que en algún momento estuvieron estancadas y reacomodar sus sentires mediante nuevos *habitus* (Sabido, 2012).

En tercer lugar, revisé cómo las jerarquías dentro de los espacios de artes marciales mantienen y refuerzan diferencias basadas en el género, que además se intensifican de acuerdo con los grados y los años de experiencia en la práctica del estilo de arte marcial. Es interesante ver cómo la *feminidad* se refleja en la práctica marcial en Oriente, donde el intercambio cultural y la barrera del idioma no impiden su mantenimiento entre personas occidentales y orientales. Es decir, los límites y la construcción de la *feminidad* cambian de forma y se adaptan a las condiciones culturales y sociales del lugar.

Ante diferentes situaciones vividas dentro de los espacios de artes marciales, las mujeres practicantes han decidido manifestar su sentir a través de las palabras y las discusiones, lo que las ha llevado a vivir nuevas situaciones o nuevos espacios. En el caso de Estela, ella actualmente ha decidido callar ante situaciones en las que no está de acuerdo, para evitar repercusiones en su vida personal.

Finalmente, el camino en la práctica del Kung Fu para las mujeres entrevistadas ha sido una trayectoria donde han fisurado sus *procesos subjetivos* y de *configuración corporal*. Pude evidenciar que la práctica de actividades físicas y deportivas en las tres mujeres comenzó durante la infancia y adolescencia, por lo que el *hacer género* (West y Zimmerman, 1990) también las constituye como sujetas durante el desarrollo de actividades físicas. Las mujeres practicantes han hecho frente ante imposiciones como el *cuerpo atlético* que las excluye de la práctica; sin embargo, para permanecer en estos espacios, han realizado sus propias luchas basadas en su sentir y también en sus conocimientos de sus respectivos estilos de Kung Fu.

Reflexiones finales

El Kung Fu como práctica y arte marcial proveniente de China, ha recorrido un largo camino para llegar al cuerpo de tres mujeres practicantes en la Ciudad de México, quienes han comenzado su práctica hace 10 años y decidieron participar de esta investigación.

La curiosidad e interés personal en el Kung Fu, me llevó a cuestionamientos sobre los significados asociados al género en esta práctica como objetivo principal. Para lograrlo utilicé las entrevistas autobiográficas narrativas, y la participación observante a través de los *diálogos corporales* como metodologías para recolectar los datos mediante las palabras y el cuerpo. Las categorías analíticas base que utilicé fueron los *procesos subjetivos*, *procesos de configuración corporal* y *contexto de práctica*, todas ellas relacionadas y atravesadas por el género. Estas categorías fueron alimentadas por distintos conceptos y nociones a medida que surgieron los hallazgos.

La inconmensurabilidad de los sexos basada y construida sobre la existencia de diferencias biológicas entre mujeres y hombres, ha permitido una mantención y presunta estabilidad de mandatos de género arraigados al cuerpo. La incorporación de los mandatos se produce mediante los procesos subjetivos y de configuración corporal, que comienzan a temprana edad —e incluso antes de nacer—, y se instalan con los *habitus* y *actos repetitivos* asociados al género. Las niñas y los niños, son dirigidos a través de pautas normativas que indican diferencias entre ellas y ellos; lo que produce apertura en los niños y retraimiento en las niñas. En el registro corporal de mis informantes, la participación en deportes, actividades físicas, y actividades artísticas durante la infancia y adolescencia, fueron componentes importantes para conocer y experimentar con sus cuerpos.

Las diferencias entre mujeres y hombres que se incitan de manera metódica al *hacer género*, llevan a las personas a instalarse —o ser instaladas— en una de las dos clases (mujer u hombre), en dirección hacia la construcción de lo femenino o lo masculino como expresión de una “naturaleza” humana. Las formas de percibir, las experiencias, los sentires, las emociones, las actitudes, los comportamientos, los movimientos, etcétera, son diferenciados entre mujeres y hombres; y a las niñas y mujeres se les orienta hacia una *feminidad*. Las *tecnologías de género*, aportan las representaciones para el desarrollo de lo femenino o lo

masculino; sin embargo, también permiten el quiebre de este desarrollo a nivel subjetivo y corporal mediante la acción.

La práctica de Kung Fu en las tres mujeres entrevistadas, comenzó en la adolescencia y en la adultez, por lo que a nivel corporal esta práctica comenzó a fisurar las percepciones que Estela, Nicole y Yazmín tenían sobre su cuerpo, al mismo tiempo que realizaban nuevos movimientos corporales. El cambio de enfoque tuvo que ver con el pasar de un cuerpo que se trabaja para mostrar a un/os otro/s, a un cuerpo que necesita desarrollar otras habilidades, para ser más fuerte, más rápido, más ágil. Las *tecnologías de género* en el Kung Fu se exponen, y posibilitan una transformación subjetiva y corporal de esta *feminidad* mediante la práctica constante; y al ser el cuerpo un lugar que no se encuentra fijo, permite el cambio. En las mujeres practicantes, evidenció la existencia de una reconfiguración parcial en lo que respecta a los mandatos de género. Si bien es cierto que mediante la práctica de Kung Fu, se producen cambios a nivel subjetivo y corporal, estos no son estables; sino más bien generan un vaivén entre los mandatos de género y su transformación, en el que se debe insistir para ser posiblemente arraigados al cuerpo.

En el contexto de la Ciudad de México, donde pude constatar mediante estadísticas oficiales la alta percepción de inseguridad de las mujeres en el transporte y los espacios públicos, la gran cantidad de mujeres que han vivido algún tipo de violencia durante sus vidas, la cantidad de feminicidios ocurridos en la Ciudad de México, el aumento de la cifra de abusos sexuales en la infancia en el país y la violencia cibernética; la vida de las mujeres entrevistadas no ha estado exenta de estas violencias. Ante estas situaciones, la práctica de Kung Fu les ha proporcionado herramientas para desarrollar un conocimiento corporal sensible. Este conocimiento para las mujeres practicantes, ha permitido una atención al propio cuerpo frente a otros cuerpos y sus distancias, y una atención al entorno y los espacios que frecuentan. Además, responder de manera física, verbal y/o emocional ante las violencias; así como también, conectar el cuerpo que se podría haber dissociado producto de abusos sexuales.

El trabajo mediante la acción de las *tecnologías de género*, posibilitan incidir de manera constante en lo subjetivo y lo corporal en las personas. Los resultados de las investigaciones revisadas que aportaron a esta investigación con respecto a la potencialidad de las artes marciales para la transformación en las mujeres, marcaron un camino inicial que

posteriormente fue enriquecido con los hallazgos inesperados sobre las emociones, los afectos y lo sensorial en las entrevistadas. Este aporte me parece importante ya que abre otro aspecto que se relaciona y se trabaja por medio de las prácticas corporales.

Las ideas sobre la filosofía y el cuerpo oriental, y su repercusión en la realización de las distintas formas de Kung Fu en las mujeres practicantes, les ha otorgado a ellas una apertura hacia otras concepciones del mundo, el sentir de las emociones y un cultivo a sí mismas. El trabajo reflexivo realizado de distintas maneras en la práctica de los estilos de Kung Fu, ha llevado a las mujeres practicantes a entender experiencias pasadas y liberar emociones estancadas que les permiten una tranquilidad espiritual. El hallazgo de la profunda conexión entre lo corporal y lo espiritual de cada una, me llevó a abrir el campo para el análisis del trabajo emocional y buscar diferentes elementos desde el giro afectivo y el giro sensorial para comprender de mejor manera esta unión, sin ahondar en el debate de ambos giros. La importancia del *trabajo somático* les permite a las mujeres una reflexividad asociada de manera constante a los movimientos corporales que realizan en su práctica de Kung Fu.

En el *contexto de práctica* analizado, las relaciones de género se ven afectadas por las jerarquías existentes dentro de los espacios de Kung Fu. Estas jerarquías son atravesadas por el género, y se expresan mediante el mantenimiento de desigualdades entre mujeres y hombres, y la legitimación del *cuerpo atlético*. Ante las injusticias y situaciones cuestionables, las mujeres practicantes han decidido hablar y expresar sus sentires, y también callar para evitar problemas. Estos espacios de práctica de Kung Fu, no se encuentran exentos de la realización de prácticas, actos, actitudes, comportamientos, ideas, etcétera, que propician las desigualdades entre mujeres y hombres. La mantención de desigualdades de poder, también se expresa en los cargos directivos del área deportiva del Kung Fu en México, que se encuentran cooptados en su mayoría por hombres.

La práctica de Kung Fu en mis informantes, ha sido una herramienta que les ha servido para canalizar y entender sus propias emociones, y la de las personas que las rodean. Los movimientos corporales que Estela, Nicole y Yazmín realizan durante sus prácticas, les entregan refugio y calma. El Kung Fu aparece como un pretexto que no tiene como fin la competencia —a pesar de que todas han competido y exhibido sus estilos en algún momento de su trayectoria—; sino más bien con el desarrollo del autoconocimiento y satisfacción mediante los movimientos del cuerpo. La autoestima, la confianza y la seguridad que les ha

otorgado a las mujeres la práctica de cada uno de sus estilos de Kung Fu, han sido elementos clave para fisurar esa *feminidad* que ha sido integrada. Además, cada una de ellas ha experimentado esta fisura dentro del orden de género en el contexto mexicano, el cual les exige de distintas maneras un control de sus cuerpos por medio de normas y discursos.

En los relatos de las mujeres entrevistadas, la disciplina que tienen al realizar los entrenamientos, las ha llevado en algunos momentos de su trayectoria a una autoexigencia con repercusiones en el cuerpo mediante lesiones vivenciadas. Estos momentos de lesiones, les han permitido entender el funcionamiento de sus cuerpos en relación a las emociones vividas en esos momentos, y liberar los sentires a medida que el cuerpo mejora. La libertad corporal que expresan mis informantes a través de sus narraciones y durante los *diálogos corporales*, me hacen pensar en el Kung Fu como una práctica que abre formas de ver, sentir y concebir el mundo a través de los movimientos corporales, el juego y la imaginación; al mismo tiempo que se emigra hacia la percepción de un cuerpo distinto.

La potencialidad existente en el Kung Fu de subvertir los mandatos de género mediante la práctica constante, es moldeable; las intenciones, los intereses, los principios, las jerarquías, etcétera, que tenga cada escuela o cada maestra o cada maestro, dirige el camino de sus estudiantes. Esta potencialidad también recae en la tensión y el desafío que ocurre con las representaciones normativas que se tienen de la masculinidad y la feminidad, y en las mujeres permite un cambio en las imágenes que tienen de sí mismas. Además, este cambio de imagen tensiona las ideas de vulnerabilidad y debilidad asociadas a las mujeres; y las dota de mayor seguridad y confianza con respecto a su cuerpo y lo que pueden hacer con él.

El cuerpo puede ser concebido de distintas maneras que dependen de las perspectivas, los espacios y los tiempos, y en este trabajo, el cuerpo fue alimentado por distintos autores y autoras a lo largo del análisis. El cuerpo al ser moldeable y permitir la transformación, es un lugar abierto de posibilidades y de formas que generen cambios a nivel subjetivo y corporal. Para permitir un acceso distinto al conocimiento corporal de cada una de mis informantes, la utilización de los *diálogos corporales*, abrió una nueva manera de experimentar a través de los cuerpos, donde las palabras no son el componente principal para comunicarse. Para realizar esta metodología, se debe estar abierta/o a los conocimientos corporales de las/los informantes, sin jerarquizar los movimientos propios para no impedir la entrada de las expresiones corporales distintas, a su vez, permitirse la calma ante los nuevos estímulos y la

posterior reflexión sobre lo ocurrido. Los *diálogos corporales* me permitieron entender con mayor profundidad los relatos de cada informante, y una comunicación más íntima y fluida a través de todos los sentidos, que implicó mucho cuidado y respeto entre investigadora e informante. Esto me permitió una cercanía más profunda que me llevó a reflexiones y análisis sobre el/los cuerpo/s. El hallazgo de los *diálogos corporales* —al igual que el feminismo y el Kung Fu— considera al cuerpo como el centro y a partir de él se propone compartir en la cercanía del contacto físico y todo lo que ello conlleva. Es decir, considerar la apertura corporal de la persona que investiga y los/las informantes me lleva a plantear este hallazgo más allá de las tres mujeres practicantes de esta investigación. Acceder a aquello que no se puede poner en palabras requiere de una disposición corporal y una confianza mutua en la interacción entre investigador/a e informante, además, de compartir no solamente un momento de práctica corporal, sino las biografías, el contexto de cada persona y los elementos culturales que cada una lleva consigo. Los *diálogos corporales* traspasan el cuerpo del/a investigador/a e informante.

Estar *haciendo cuerpo*, es un trabajo consciente e inconsciente que no tiene fin y se expresa todos los días en el sentir corporal y las emociones. Los sucesos de la vida cotidiana intervienen en la relación con nuestro cuerpo, y la práctica de Kung Fu en las mujeres entrevistadas, les otorga una atención constante a lo que sienten en el cuerpo, en las emociones y en los espacios en los que se desenvuelven, esto les permite sentir la presencia de su propio cuerpo.

El Kung Fu se vive como un pretexto y como una libertad que les permite a mis informantes una vida que equilibra, que desarrolla y que reconoce el sentir de las emociones; además de realizar trabajos reflexivos, espirituales, meditativos y corporales para conocerse a sí mismas. Sin embargo, en el mundo capitalista y patriarcal en el que nos encontramos hoy en día, el acceso al Kung Fu para las niñas y mujeres es difícil; y para aquellas que logran entrar, es una constante lucha por el espacio, el respeto y las injusticias, donde deciden hablar o callar.

El abordaje de esta investigación bajo el marco de la metodología cualitativa me permitió una apertura en la utilización de métodos para recolectar la información, en un intento por acercarme a lo subjetivo, lo corporal y lo contextual de las mujeres entrevistadas.

La perspectiva feminista me llevo a escarbar, aperturar, acechar y observar en profundidad los relatos y *diálogos corporales* de las tres mujeres, además de cuestionar mi propia práctica como artista marcial, y revisar desde distintas aristas las lecturas, las metodologías, los análisis y los diferentes estudios relacionados con las artes marciales. La aparición de los *diálogos corporales* no podría haber sido posible sin la conexión y apertura de los conocimientos situados, ya que —como decía Haraway— para ampliar la mirada es necesario estar en un sitio en particular. Observar desde una posición clara como practicante e investigadora permitió el ingreso de nuevos cuestionamientos que no estaban considerados al plantear el problema. Desde mi postura no existe neutralidad, sino más bien una mirada posicionada que me permitió entrar al campo con elementos que posibilitaron una cercanía con las mujeres practicantes. Parte de las consecuencias de esta postura recae en que la investigación que realicé fue un reto, ya que abordar una práctica tan cercana me llevó a reflexionar en todo momento sobre el trabajo que realizaba. Las grandes ideas que surgieron fueron elaboradas en constante movimiento, en los traslados por la ciudad, en los recorridos a nuevos lugares y en los diferentes entrenamientos en solitario y compartidos.

El camino del Kung Fu para las mujeres está abierto, y las interrogantes que surgieron son muchas. Propongo, para futuras investigaciones relacionadas con el cuerpo, la aplicación de los *diálogos corporales* con las adaptaciones que se consideren necesarias para el establecimiento de una confianza mutua y un compartir que logre una cercanía física en apertura entre investigador/a e informante/s; que mantengan al cuerpo como el centro. Hacer visibles las prácticas de las mujeres en cercanía con las metodologías utilizadas me llevó como investigadora a observarme de cerca, en los procesos y luchas que llevo conmigo. Asimismo, a entender y mirar mi recorrido por las artes marciales, que no ha estado exento de injusticias ante las cuales he decidido manifestar mi sentir, además, de un camino lleno aprendizajes.

Ya lo decía Butler al señalar al género como una sustancia inestable, por lo que no impide la existencia de intentos por fisurar al género mediante las prácticas repetitivas corporales; y que la búsqueda de la complementariedad de la matriz heterosexual, deje de ser una base para los procesos subjetivos y corporales de las niñas y niños, mujeres y hombres. Y, por último, al ser el cuerpo un lugar que permite la transformación, nos entrega la posibilidad de cambiar y moldear de diferentes maneras, en distintos espacios y tiempos.

Referencias

- Acevedo, William; Cheung, Mei y Gutiérrez, Carlos (2010). *Breve historia del Kung Fu*, Madrid, Ediciones Nowtilus.
- Aguilar, Jeniffer (2018). *Orden de género y representación política: Un estudio sobre cuotas de género y paridad política en México*, tesis de doctorado en Ciencias Sociales, México, División de Ciencias Sociales y Humanidades, Universidad Autónoma Metropolitana.
- Aguirre, Héctor (2013). “La percepción del cuerpo en Oriente, visto desde la práctica de las artes marciales en Japón”, *Estudios de Antropología Biológica*, vol. 15, México, pp. 681-716.
- Amuchástegui, Ana (1998). “Virginidad e iniciación sexual en México: la sobrevivencia de saberes sexuales subyugados frente a la modernidad”, *Debate Feminista*, México, vol. 18, pp. 131-151.
- Amuchástegui, Ana; Aldaz, Evelyn; Cruz, Guadalupe; Mejía, María Consuelo (2012). “Política, religión y equidad de género en el México contemporáneo”, *Debate Feminista*, México, vol. 45, pp. 189-214.
- Appel, Michel (2005). “La entrevista autobiográfica narrativa: Fundamentos teóricos y la praxis del análisis mostrada a partir del estudio de caso sobre el cambio cultural de los Otomíes en México”, *Forum: Qualitative Sozialforschung*, vol. 6, Alemania, sin página.
- Aschieri, Patricia; Puglisi Rodolfo (2010). “Cuerpo y producción de conocimiento en el trabajo de campo. Una aproximación desde la fenomenología, las ciencias cognitivas y las prácticas corporales orientales” en Silvia Citro (coordinadora), *Cuerpos plurales, antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Editorial Biblos. pp. 127-148.
- Baeza, Manuel (2008). *Mundo real, mundo imaginario social*, Santiago de Chile, RIL editores.
- Bang, Jin; Jae, Yong (2009). “La globalización de las artes marciales”, *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, vol. 4, León, pp. 8-19.

- Boscolo del Vecchio, Fabricio; Vasconcelos, Breno (2021). "Time-motion analysis in elite female wushu sanda athletes according to competitive phases and wight categories", *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, vol. 16, León, pp. 1-11.
- Bourdieu, Pierre (2007). *El sentido práctico*, Buenos Aires, Siglo XXI Editores.
- Bu, Bin; Haijun, Han; Yong, Liu; Chaohui, Zhang; Xiaoyuan, Yang; Fiatarone, Maria (2010). "Effects of martial arts on health status: a systematic review", *Journal of Evidence*, vol. 3, Estados Unidos, pp. 19-205.
- Butler, Judith (2002). *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del "sexo"*, Buenos Aires, Paidós.
- Butler, Judith (2007). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad*, Barcelona, Ediciones Paidós Ibérica.
- Bulter, Judith (2009). "Performatividad, precariedad y políticas sexuales", *AIBR: Revista de Antropología Iberoamericana*, España, vol. 4, número 3, pp. 321-336.
- Cano, Virginia (2015) *Ética tortillera. Ensayos en torno al éthos y la lengua de las amantes*, Buenos Aires, Madreselva.
- Carrero, Virginia; Soriano, Rosa; Trinidad, Antonio (2006). *Teoría Fundamentada Grounded Theory. El desarrollo de teoría desde la generalización conceptual*, Madrid, Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Castellanos, Víctor; García, Sara; Gutiérrez, Carlos; Martin, Pilar; Tobal, Francisco (2015). "Las artes marciales, su origen y actualidad: Una visión enfocada en el Judo, Karate y Wushu", *Orientando*, Veracruz vol. 8, pp. 141-172.
- Cedillo, Priscilla; García, Adriana; Sabido, Olga (2019). "Afectividad y emociones" en Eva Alcántara y Hortensia Moreno (coordinadoras), *Conceptos clave en los estudios de género, volumen I*, México, Universidad Nacional Autónoma de México, pp. 15-33.
- Cepeda, Jason; Torres, Viena; (2016). "La estatura como un fuerte predictor del porcentaje de altura del centro de masa (%COM) en adolescentes practicantes del Kung Fu", *Revista Ciencias de la Actividad Física*, Talca, vol. 17, pp. 43-47.
- Channon, Alex; Jennings, George (2014). "Exploring Embodiment through Martial Arts and Combat Sports: A review of empirical research", *Sport in Society*, Londres, vol. 17 pp. 1-17.

- Channon, Alex; Phipps, Catherine (2017). "Pink Gloves still give black eyes. Exploring 'alternative' femininity in women's combat sports", *Martial Arts Studies*, Londres, vol. 3, pp. 24-37.
- Chase, Susan (2011). "Investigación narrativa" en Norman K. Denzin e Yvonna S. Lincoln (compiladores), *Manual de investigación cualitativa Volumen IV, Paradigmas y perspectivas en disputa*, Barcelona, Gedisa Editorial, pp. 58-112.
- Chiricosta, Alessandra (2023). *Contra el mito de la fuerza viril. Autodefensa en clave feminista*, Buenos Aires, Tinta Limón.
- Chodorow, Nancy (1984). *El ejercicio de la maternidad: Psicoanálisis y sociología de la maternidad y paternidad en la crianza de los hijos*, Barcelona, Gedisa.
- Clark, Adele y Olesen, Virginia (1999). *Revisioning Women, Health and Healing: Feminist, Cultural and Technoscience Perspectives*, Nueva York, Routledge.
- Da Silva, Grasiela; Jaeger, Alice; Silva, Paula (2021). "Sport student teachers' discourses about female athletes in mixed martial arts", *Movimento*, Porto Alegre, vol. 27, pp. 1-14.
- Díaz, María; Rodríguez, Juana; Sabaté, Ana (1995). *Mujeres, espacio y sociedad. Hacia una Geografía del Género*, Madrid, Editorial Síntesis.
- Dowling, Colette (2000). *The Frailty Myth: Women approaching physical equality*, Nueva York, Random House.
- Elias, Norbert (2008). *Sociología fundamental*, Barcelona, Editorial Gedisa.
- Espitia, Ivonne (2015). *Artistas de la propia vida: otra forma de hacernos cuerpo por medio del Kung Fu*, tesis de licenciatura en Antropología, Colombia, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia.
- Esteban, Mari Luz (2008). "Etnografía, itinerarios corporales y cambio social: apuntes teóricos y metodológicos", en Miren Imaz (editora), *La materialidad de la identidad*, Bilbao, pp. 135-158.
- Esteban, Mari Luz (2013). *Antropología del cuerpo, género, itinerarios corporales, identidad y cambio*, Barcelona, Ediciones Bellaterra, segunda edición.
- Federación de Wushu de la República Mexicana (s/f). "Asociación de Wushu de la Ciudad de México. Afiliado a Federación de Wushu de la República Mexicana", <https://wushu.com.mx/asociacion/> consultado el 24 de julio de 2024.

- Fraternidad Internacional de Artes Marciales de China Delegación México (s/f). “Fraternidad Internacional de Artes Marciales de China Delegación México”, <https://fiamc-jkd.es.tl/JIP-DO.htm> consultado el 9 de agosto de 2024.
- Filipiak, Kai (2010). “De guerreros a deportistas: cómo se adaptaron las artes marciales chinas a la modernidad”, *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, León, vol. 5, pp. 19-40.
- Fisac, Taciana (1997). *El otro sexo del dragón. Mujeres, literatura y sociedad en China*, Madrid, Narcea Ediciones.
- Fiscalía General de Justicia (2024). “Atlas de Feminicidios de la Ciudad de México”, <https://atlasfeminicidios.fgjcdmx.gob.mx/estadistica.html> consultado el 31 de diciembre de 2024.
- Follo, Giovanna (2012). “A literature review of women and the martial arts: where are we right now? *Sociology Compass*, Estados Unidos, vol. 6, pp. 707-717.
- Fortune, Laura; Mierzwinski, Mark; Velija, Philippa (2012). “‘It made me feel powerful’: women’s gendered embodiment and physical empowerment in the martial arts”, *Leisure Studies*, vol. 32, Londres, pp. 524-541.
- Foucault, Michel (2010). *Historia de la sexualidad. La inquietud de sí*, Ciudad de México, Siglo XXI editores.
- Fuentes, Manuel (2016). *Qigong (氣功) e interculturalidad: Práctica corporal y pensamiento chino en Barcelona*, tesis de doctorado, Barcelona, Doctorado en Traducción y Estudios Interculturales, Universidad Autónoma de Barcelona.
- García Canal, María Inés (2017). “Del cuerpo utópico al sujeto ético”, *TRAMAS. Subjetividad Y Procesos Sociales*, México, vol. 45, pp. 47-70.
- Gill, Rosalind (2007). “Postfeminist media culture: Elements of a sensibility”, *European Journal of Cultural Studies*, Holanda, vol. 10, p. 66-147.
- Gobierno de México (s/f). “¿Qué es el Registro Nacional de Cultura Física y Deporte? (RENADE)https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/167150/infografi_a_re_nade.pdf consultado el 24 de julio de 2024.
- Goffman, Ervin (1977). “The Arrangement between the Sexes”, *Theory and Society*, Holanda, vol. 4, pp. 301-331.

- Gómez, José (2014). “La visión sobre el cuerpo desde las tradiciones del lejano Oriente”, *Revista Pistis & Praxis: Teología e pastoral*, Curitiba, vol. 6, pp. 651-669.
- Gordo, Ángel y Serrano, Araceli (coordinadores) (2008). *Estrategias y prácticas cualitativas de investigación social*, Madrid, Editorial Pearson Prentice Hall.
- Gottschalk, Simon; Vannini, Phillip; Waskul, Dennis (2012). *The senses in self, society, and culture: a sociology of the senses*, Nueva York, Routledge.
- Guber, Rosana (2015). *La etnografía. Método, campo y reflexividad*, Ciudad de México, Siglo XXI editores.
- Guthrie, Sharon (1995). “Liberating the Amazon: Feminism and the Martial Arts”, *Women & Therapy*, Estados Unidos, vol. 16, pp. 19-107.
- Guthrie, Sharon (2013). “Defending the self: Martial Arts and women’s self-esteem”. *ProQuest*, Estados Unidos, vol. 6, pp. 1-14.
- Guzmán, Adriana (2007). “De cuerpo presente: pasión y culpa” en Elsa Muñiz y Mauricio List (coordinadores), *Pensar el cuerpo*, Ciudad de México, Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco, pp. 50-67.
- Guzmán, Leonardo (2020). “Motivaciones para la práctica de artes marciales en Wushu”, *Lúdica Pedagógica*, Bogotá, vol. 1, pp. 97-105.
- Hall, Edward (1976). *La dimensión oculta*, Ciudad de México, Siglo XXI editores.
- Hamilton, Justen (2022). “BREAKING BARRIERS? Examining Neoliberal-postfeminist empowerment in women’s mixed martial arts”, *Gender & Society*, Estados Unidos, vol. 36, pp. 652-676.
- Haraway, Donna (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres. La reinención de la naturaleza*, Madrid, Cátedra, primera edición.
- Harding, Sandra (2002). “¿Existe un método feminista?” en Eli Bartra (compiladora), *Debates entorno a una metodología feminista*, Ciudad de México, Universidad Autónoma Metropolitana, pp. 9-34.
- HarmoniJoie, Noel (2009). “Un-doing gendered power relations through martial arts?”, *International Journal of Social Inquiry*, Turkey, vol. 2, pp. 17-37.
- Hernández, Antonio; Parrini, Rodrigo (2012). *La formación de un campo de estudios. Estado del Arte sobre Sexualidad en México 1996-2008*, Brasil, Centro Latinoamericano en sexualidad y derechos humanos.

- Hernández, Oscar (2008). “Debates y aportes en los estudios sobre masculinidades en México”, *Relaciones. Estudios de historia y sociedad*, México, vol. 29, pp. 231-253.
- Howes, David (2014). “El creciente campo de los Estudios Sensoriales”, *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, Argentina, vol. 15, pp. 10-26.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2021). “Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares. Principales resultados Ciudad de México”https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/endireh/2021/doc/09_ciudad_de_mexico.pdf consultado el 31 de diciembre de 2024.
- Jackson, Michael (2010). “Conocimiento del cuerpo” en Silvia Citro (coordinadora), *Cuerpos plurales, antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Editorial Biblos, pp. 59-82.
- Jordan, Ellen (1999). “Niños peleoneros y sus fantasías lúdicas. La construcción de la masculinidad en la temprana edad escolar” en Marisa Belausteguigoitia y Araceli Mingo (editoras), *Géneros prófugos. Feminismo y educación*, Ciudad de México, Universidad Autónoma de México, Paidós Género y Sociedad, pp. 225-249.
- Jorge, Abelardo (2007). “La <<Teoría Fundamentada en los datos>> (Grounded Theory) de Glaser y Strauss” en Irene Vasilachis de Gialdino (coordinadora), *Estrategias de investigación cualitativa*, Barcelona, Gedisa Editorial, pp. 153-173.
- Ko, Young (2002). “Martial arts industry in the new millennium”, *Journal of Martial Arts Studies*, España, vol. 5, p. 10-23.
- Lambek, Michael (2010). “Cuerpo y mente en la mente, cuerpo y mente en el cuerpo. Algunas intervenciones antropológicas en una larga conversación” en Silvia Citro (coordinadora), *Cuerpos plurales, antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Editorial Biblos, pp. 105-126.
- Laqueur, Thomas (1994). *La construcción del sexo. Cuerpo y género desde los griegos hasta Freud*, Valencia, Cátedra, Universidad de Valencia e Instituto de la mujer.
- de Lauretis, Teresa (1984). “Semiotics and experience” en Teresa de Lauretis *Alice Doesn't*, Estados Unidos, University Press.
- de Lauretis, Teresa (1989). “Technologies of Gender. Essays on Theory, Film and Fiction”, Londres, Macmillan Press, pp. 1-30.

- Lee, Bruce (2020). *Bruce Lee. Un artista de la vida, sus escritos esenciales*, Barcelona, Koan.
- Massey, Doreen (1992). "Politics and space/time" en Brett Christopher et al., *The Doreen Massey Reader*, Estados Unidos, Agenda Publishing, pp. 259-278.
- Maor, Maya (2018). "Fighting gender stereotypes. Women's participation in the martial arts, physical feminism and social change", *Martial Arts Studies*, Londres, vol. 7, pp. 36-48.
- Massey, Doreen (1998). "Espacio, lugar y género", *Debate Feminista*, México, vol. 17, pp. 39-46.
- McCaughey, Martha (1997). *Real Knockouts. The physical feminism of women's self-defense*, Nueva York, New York University Press.
- McCaughey, Martha (1998). "The fighting Spirit: Women's Self-Defense Training and the Discourse of Sexed Embodiment", *Gender & Society*, Londres, vol. 12, pp. 277-300.
- McDowell, Linda (1999). "Dentro y fuera de lugar: cuerpo y corporeidad" en Linda McDowell, *Género, identidad y lugar. Un estudio de las geografías feministas*, Madrid, Ediciones Cátedra, pp. 59-109.
- Mendoza, Zuanilda; Módena, María Eugenia (2001). *Género y generaciones. Etnografía de las relaciones entre hombres y mujeres de la Ciudad de México*, México, EDAMEX y Population Council.
- Monacis, Lucía; Sinatra, María (2015). "Factores motivacionales relacionado con la agresividad en las artes marciales", *Revista de Psicología del Deporte*, Mallorca, vol. 24, pp. 163-169.
- Monsiváis, Carlos (2010). *La cultura mexicana en el siglo XX*, México, El Colegio de México.
- Moreno, Hortensia (2011). *Orden discursivo y tecnologías de género en el Boxeo*, México, Instituto Nacional de las Mujeres.
- Moreno, Hortensia (2011a). "La noción de 'tecnologías de género' como herramienta conceptual en el estudio del deporte", *Revista Punto Género*, Chile, vol. 1, pp. 41-62.
- Moreno, Hortensia (2013). "La invención del cuerpo atlético", *AIBR: Revista de Antropología Iberoamericana*, España, vol. 8, pp. 49-81.

- Moreno, Hortensia; Torres, César (2016). “Performatividad”, en Eva Alcántara y Hortensia Moreno (coordinadoras), *Conceptos clave en los estudios de género*, vol. 2, Ciudad de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género, pp. 233-250.
- Muñoz, Brenda (2021). “Cuerpo, sentidos y emociones: etnografía sensorial y su registro” en Betzabé Marquez y Emanuel Rodríguez (coordinadores), *Etnografías desde el reflejo: práctica-aprendizaje*, Ciudad de México, Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, pp. 275-289.
- Murillo, Soledad (1996). *El mito de la vida privada. De la entrega al tiempo propio*, Madrid, Siglo XXI Editores.
- Olesen, Virginia (2012). “Investigación cualitativa feminista de principios del milenio. Desafíos y perfiles” en Norman Denzin e Yvonna Lincoln (compiladores), *Manual de investigación cualitativa Volumen II, Paradigmas y perspectivas en disputa*, Barcelona, Gedisa Editorial, pp. 111-198.
- Quinney, Ally (2015). *The UFC and Third Wave Feminism? Who Would a Thought? Gender, Fighters, and Framing on Twitter*, tesis de doctorado, Canadá, University of British Columbia.
- Ramos, Carmen (2008). “Cuerpos contruidos, cuerpos legislados. Ley y cuerpo en el México de “Fin de Siècle”, en Julia Tuñon (compiladora), *Enjaular los cuerpos: normativas decimonónicas y feminidad en México*, Ciudad de México, El Colegio de México, pp. 67-106.
- Rizo, Marta (2019). “Capítulo 6. Experiencias corporales, emociones e identidad de género. Un estudio con mujeres de distintas generaciones de la Ciudad de México”, en Olga Sabido (coordinadora), *Los sentidos del cuerpo: un giro sensorial en la investigación social y los estudios de género*, Ciudad de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género, pp. 155-177.
- Rosa, Vítor (2008). “Las artes marciales y los deportes de combate en números: una mirada exploratoria sobre los datos numéricos o estadísticos en Portugal”, *Revista de artes Marciales Asiáticas*, León, vol. 3, pp. 38-49.
- Sabido, Olga (2007). *Georg Simmel. Una revisión contemporánea*, Barcelona, Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco, Anthropos Editorial.

- Sabido, Olga (2012). *El cuerpo como recurso de sentido en la construcción del extraño. Una perspectiva sociológica*, Ciudad de México, Ediciones Sequitur, Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Azcapotzalco, División de Ciencias Sociales y Humanidades.
- Sabido, Olga (2019) *Los sentidos del cuerpo: un giro sensorial en la investigación social y los estudios de género*, Ciudad de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género.
- Sánchez Bringas, Ángeles; Lugo, Mariana (en prensa). “Maternidad(es)” en Hortensia Moreno, Eva Alcántara y Amneris Chaparro (coords.), *Conceptos clave en los estudios de género*, vol. 3, Ciudad de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género.
- del Sarto, Ana (2012). “Los afectos en los estudios culturales latinoamericanos. Cuerpos y subjetividades en Ciudad Juárez”, *Cuadernos de Literatura*, Colombia, vol. 32, pp. 41-68.
- Scott, Joan (2001). “Experiencia”, *La ventana*, Guadalajara, vol. 13, pp. 43-73.
- Senado de la República, (2024). “Llama Senado a prevenir y sancionar violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes”, <https://comunicacionsocial.senado.gob.mx/informacion/comunicados/10671-llama-senado-a-prevenir-y-sancionar-violencia-sexual-contraninas-ninos-y-adolescentes> consultado el 1 de enero de 2025.
- Serret, Estela. (2006). *El género y lo simbólico. La constitución imaginaria de la identidad femenina*, México, Instituto de la Mujer Oaxaqueña.
- Simmel, Georg (1996). *Rembrandt. Ensayo de Filosofía del arte*, Murcia, Colección de Arquitectura.
- Sistema Integrado de Estadísticas sobre Violencia contra las Mujeres (SIESVIM) (2024). “Percepción de inseguridad de las mujeres en el transporte y espacios públicos” <https://sc.inegi.org.mx/SIESVIM1/paginas/contenido.jsf> consultado el 31 de diciembre de 2024.
- Soja, Edward (2008). *Postmetrópolis. Estudios críticos sobre las ciudades y las regiones*, Madrid, Traficante de Sueños.

- Soto, Paula (2012). “El miedo de las mujeres a la violencia en la Ciudad de México: Una cuestión de justicia espacial”, *Revista INVI*, Chile, vol. 27, pp. 145-169.
- Soto, Paula (2016). “Espacio y género: problemas, momentos y objetos”, en Eva Alcántara y Hortensia Moreno (coordinadoras), *Conceptos clave en los estudios de género*, vol.1, Ciudad de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género, pp. 77-90.
- Suárez, Ana (2019). “La teoría fundamentada en datos. Revisando el abordaje luego de cinco décadas de su formulación” en Irene Vasilachis de Gialdino (coordinadora), *Estrategias de investigación cualitativa Volumen II*, Buenos Aires, Gedisa Editorial, pp. 287-326.
- Thompson, Martha (2014). “Empowering self-defense training”, *Violence Against Women*, vol. 20, Kentucky, pp. 351-359.
- Tinat, Karine (2019). *Las bocas útiles. Aproximaciones sociológicas y antropológicas a la anorexia*, Ciudad de México, Colegio de México, Centro de Estudios Sociológicos.
- Tuñón, Julia (2008). “Ensayo introductorio. Problemas y debates en torno a la construcción social y simbólica de los cuerpos” en Julia Tuñón (compiladora), *Enjaular los cuerpos: normativas decimonónicas y feminidad en México*, Ciudad de México, El Colegio de México, pp. 11-66.
- Vasilachis de Gialdino, Irene (2007). “La investigación cualitativa” en Irene Vasilachis de Gialdino (coordinadora), *Estrategias de investigación cualitativa*, Barcelona, Gedisa Editorial, pp. 23-64.
- Villamón-Herrena, Miguel (2003). “Historia del Judo y de las artes marciales” en Luis Pablo Rodríguez (editor), *Compendio histórico de la actividad física y el deporte*, Barcelona, Masson, pp- 599-636.
- West, Candace y Zimmerman, Don (1990). “Doing gender”, en Marysa Navarro y Catharine Stimpson (compiladoras), *Sexualidad, género y roles sexuales*, Ciudad de México, Fondo de Cultura Económica, pp. 109-143.
- Wu, Yenna (2008). “Capítulo Dos. Buscando el sentido en chino al “feminismo”/Estudios de las Mujeres”, en Sylvia Marcos y Marguerite Waller (editoras), *Diálogo y Diferencia. Retos feministas a la globalización*, Ciudad de México, Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades, Universidad Nacional Autónoma de México, pp. 99-133.

Young, Iris Marion (1990). "Throwing like a girl/ A Phenomenology of Feminine Body Comportment, Motility, and Spatiality", *Trowing like a girl and other essays in feminist philosophy and social theory*, Indianápolis, Indiana University Press, pp. 141-159.

Zheyi, Zhang (2014). *The art of Chinese kung fu*, Estados Unidos, Gingko Press.