



Tipo de documento: Tesis de Doctorado

Título del documento: Enyoguizados/as: modos de ser y estar emergentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (y su encuentro con el neoliberalismo contemporáneo)

Autores (en el caso de tesis y directores):

Carolina Duer

Ana Elisa Wortman, dir.

Datos de edición (fecha, editorial, lugar,

fecha de defensa para el caso de tesis): 2021

Documento disponible para su consulta y descarga en el Repositorio Digital Institucional de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires.
Para más información consulte: <http://repositorio.sociales.uba.ar/>

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Argentina.
Atribución-No comercial-Sin obras derivadas 4.0 (CC BY 4.0 AR)



La imagen se puede sacar de aca: https://creativecommons.org/choose/?lang=es_AR



Carolina Duer

Enyoguizados/as.

Modos de ser y estar emergentes
en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires
(y su encuentro con el neoliberalismo contemporáneo)

Tesis para optar por el título de Doctora en Ciencias Sociales

Facultad de Ciencias Sociales

Universidad de Buenos Aires

Directora: doctora Ana Elisa Wortman

Buenos Aires

Año 2021

Índice

Presentación. Marco teórico y aproximación metodológica.....	7
Capítulo 1. El <i>boom</i> de una nueva espiritualidad en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. ¿Cómo se explica? ¿A qué necesidades y búsquedas responde?.....	31
El cultivo de estilos de vida maleables.....	42
De lo ideológico a lo sensitivo: una apertura a Oriente.....	58
Fusionar para enriquecer.....	73
La ciudad, obstáculo para la vida buena.....	80
Mujeres que habilitan sus procesos emocionales.....	90
Maestros/as de sí mismos/as.....	97
Postdata I. Espiritualidad de moda/lucrativa versus espiritualidad real.....	103
Postdata II. Un manto de espiritualidad.....	107
Capítulo 2. ¿Por qué el encuentro con uno/a mismo/a puede fortalecer el engranaje económico y cultural neoliberal? El alma como núcleo del ser y el presente como ámbito de la conciencia.....	122
Capítulo 3. Estudio de caso. Estrategias de gestión de la subjetividad en el <i>ethos</i> macrista. Un puente con sensibilidades y prácticas culturales prolíficas en el estilo de vida de los sectores medios escasamente politizados de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.....	168
Reflexiones finales.....	184
Referencias bibliográficas.....	196
Anexo metodológico.....	215

Resumen

La presente tesis aborda el consumo masivo de bienes y servicios asociados con el yoga y la meditación entre los sectores urbanos que se identifican con las clases medias, como rasgo de los modos de ser y estar emergentes en el siglo XXI y como parte del paisaje cultural de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA). La indagación pone el foco en la expansión de la práctica de yoga y en la proliferación de sus discursos circundantes, orientados a la edificación de un estilo de vida que da lugar al desarrollo interior, la pausa, el registro de las emociones y la idea de que el bienestar es una cuestión personal que se encuentra al alcance de cualquiera que se lo proponga.

El objeto de estudio delimitado configura una puerta de entrada a la reflexión en torno al tipo de subjetividad que modela y demanda el orden social capitalista en su etapa actual. Con la intención de hacer un aporte a la caracterización de la vida urbana contemporánea, fuertemente signada por la cultura de la conectividad, la tesis indaga sobre la expansión de estilos de vida asociados con una espiritualidad reconfigurada entre los/as habitantes de CABA que cuentan con un amplio recorrido en la educación formal. En los últimos años, la ciudad ha sido el escenario en el que se difundieron vertiginosamente prácticas como yoga, meditación y cursos de respiración, junto con una nueva irrupción de la astrología —fortalecida y que le disputa el trono al psicoanálisis— y la difusión de una cultura alimentaria que pregona una dieta saludable, orgánica, consciente y personalizada.

Tras desarrollar diversas líneas explicativas que contribuyen a comprender el *boom* del yoga y la meditación en CABA, se abordan los puntos de encuentro entre el universo del yoga y la forma cultural neoliberal, y se identifican convergencias e incluso algunos usos y reappropriaciones de estos desde el ámbito de la política pública y la comunicación política.

Se asume el análisis de las prácticas y los discursos espirituales que integran el “universo yogui” en CABA como vía para explorar las articulaciones entre dimensiones sociales y subjetivas, en el contexto de un capitalismo de corto plazo. Se trata de un universo en el que se despliegan sin tensiones los modos de ser y estar en el mundo que alimenta la cultura neoliberal, legitimada en el escape de lo rígido, el recurso al presente constante, la exaltación

del emprendedurismo, la fuerte apelación a las nociones de autonomía, flexibilidad y libertad, y la interpelación a un sujeto-empresa que da batalla creativamente a riesgos e incertidumbres. En relación con los posibles puntos de encuentro de la nueva espiritualidad con la recepción pasiva de una realidad social desigual, se pone la mirada sobre ciertos preceptos promovidos como forma de vida: la “aceptación de la realidad tal como se nos presenta”; la invitación a “ser testigos de lo que pasa en nuestra mente y en nuestro cuerpo, sin involucrarnos con lo que percibimos”; la postulación del alma como sustento ontológico que desbanca las acciones (“no soy mi cuerpo ni soy mis acciones, soy tan solo un alma eterna”); la búsqueda de un estado emocional que anule el pasado (y también el futuro), con vistas a llevar la conciencia al presente, el encuentro *con uno/a mismo/a*.

A modo de supuesto de orientación se plantea que el acercamiento a prácticas y bienes culturales espirituales se despliega, simultáneamente, como recurso de contrapeso y aceptación. Es decir, los discursos y las prácticas espirituales que se han venido extendiendo en los grandes centros urbanos hasta tornarse masivos equilibran o resultan un bálsamo a la vorágine de las sociedades posmodernas y, al mismo tiempo, promueven una socialidad centrada en el individuo, en el deseo subjetivo individual y en la experiencia personal, convergiendo con el engranaje económico cultural neoliberal.

Cada una de las líneas explicativas que se despliegan para comprender el *boom* de una nueva espiritualidad en CABA, así como los puntos de confluencia que se identifican entre prácticas espirituales y cultura neoliberal, pueden considerarse elementos que delinean el perfil subjetivo contemporáneo de los sectores urbanos identificados con las clases medias. Biografías personales y configuraciones socioculturales se acoplan potenciando ciertas tendencias; iluminando determinados circuitos; favoreciendo la emergencia de un nuevo tipo de liderazgo; estimulando formas de vinculación, y consagrando un modo de habitar las ciudades en el que la cuestión social resulta opacada por la gestión personal del bienestar individual.

Summary

This thesis addresses the mass consumption of goods and services associated with yoga and meditation among urban sectors that identify with the middle classes, as a trait of emergent subjectivity in the 21st century and as part of the cultural landscape of Buenos Aires city. The research focuses on the expansion of yoga practices and the proliferation of its surrounding discourses, oriented to the advancement of a lifestyle that promotes internal growth, pause, mindfulness and the idea that well-being is a personal issue attainable to anyone.

The object of the study explores the type of subjectivity shaped and expected by the capitalist social order at its current stage. With the intention of contributing to the characterization of contemporary urban life, strongly signified by the culture of connectivity, the thesis explores the expansion of lifestyles associated with a renewed spirituality among the inhabitants of Buenos Aires with higher education. In recent years, the city became the stage where practices such as yoga, meditation and breathing courses were rapidly disseminated, along with a new eruption of astrology —strengthened and contesting the throne to psychoanalysis— and the dissemination of a nutritional culture that proclaims a healthy, organic, mindful and personalized diet.

After developing multiple hypothesis to understand the boom of yoga and meditation in Buenos Aires, the thesis addresses the intersection between the yoga universe and the neoliberal culture, identifying convergences and even some uses of yoga and meditation from the realm of public policy and political communication.

The analysis of the spiritual practices and discourses that make up the "Yoga universe" in Buenos Aires city aims to explore the connections between social and subjective dimensions, in the context of short-term capitalism. It is a universe in which the subjectivity supported by the neoliberal culture is unfold without tension, legitimized in the escape of rigidity, the constant emphasis on the present, the exaltation of entrepreneurship, the strong focus on the notions of autonomy, flexibility and freedom and the idea of an individual that creatively challenges risks and uncertainties.

With regard to the possible juncture of the new spirituality with the passive reception of an unequal social reality, the study looks at certain precepts promoted as a way of life: the “acceptance of reality as presented to us”, the invitation to “witness what happens in our minds and in our bodies, without getting involved with what we perceive”, the idea of the soul as an ontological ground that overthrown actions (“I am not my body nor am I my actions, I am just an eternal soul”), the search for an emotional state that dissolves the past (and also the future), with the purpose of bringing consciousness to the present, the encounter with the self.

The study proposes that the approach to spiritual cultural practices and goods operates as counterweight and acceptance, simultaneously. That is, the discourses and spiritual practices of mass consumption that have been spreading in the great urban centers balance the turmoil of post-modern societies and, at the same time, promote a social order that is based on the individual subjective desire and personal experience, converging with the neoliberal cultural and economic model.

Each of the explanatory lines of thought that are explored to understand the boom of a new spirituality in Buenos Aires city, as well as the identified points of intersection between spiritual practices and neoliberal culture, can be considered elements that outline the contemporary profile of the urban sectors identified with the middle classes. Personal biographies and sociocultural configurations are coupled by enhancing certain trends, illuminating certain circuits, favoring the rise of a new type of leadership, stimulating forms of interaction and a way of inhabiting cities where the social issues are overshadowed by the advancement of individual wellbeing.

Presentación

Marco teórico

Esta tesis aborda el consumo masivo de bienes y servicios asociados con la espiritualidad de la Nueva Era por parte de los sectores urbanos que se identifican con las clases medias, como rasgo de las subjetividades —los modos de ser y estar— emergentes en el siglo XXI y como parte del paisaje cultural de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA). La indagación pone el foco en la expansión de la práctica de yoga y en la proliferación de sus discursos circundantes, orientados a la edificación de un estilo de vida que da lugar al desarrollo interior, la pausa, el registro de las emociones y la idea de que el bienestar es una cuestión personal que se encuentra al alcance de cualquiera que se lo proponga. La actual circulación de la espiritualidad de la Nueva Era o *New Age* ya no como una cuestión de nicho —ni apegada a la percepción de apertura a una nueva etapa para la humanidad— es parte de una transformación sociocultural que desborda el campo religioso tal como se desplegó tradicionalmente en CABA durante el siglo XX. Aunque si se concibe la religión en un sentido amplio, como sistema cultural de cosmovisiones y prácticas, es apropiado tener en cuenta este concepto y abrir el interrogante acerca de sus posibles transfiguraciones. Aquello que ha sido reconocido como “espiritualidad de la Nueva Era” (Carozzi, 1999 y 2000; Viotti y Vargas, 2013; Viotti, 2015; Viotti y Funes, 2015; Viotti y Semán, 2015) o “espiritualidad heterodoxa” (Carrone y Funes, 2013) condensa diversas experiencias atravesadas por los lenguajes de la energía, la ecología, el vegetarianismo, los hábitos desintoxicantes, la armonización de cuerpo-mente-espíritu, el autoconocimiento, el crecimiento personal y la autosuperación o el empoderamiento (Viotti y Vargas, 2013; Viotti, 2015; Viotti y Funes, 2015; Viotti y Semán, 2015). Siguiendo a Carozzi (1999), se considera el movimiento de la Nueva Era como el “ala terapéutico/religiosa de un macromovimiento sociocultural postsesentista de afirmación autonómica” (p. 19).

En el siglo XXI, la expansión de la oferta y el consumo de “bienes espirituales heterodoxos” como fenómeno cultural urbano hace posible delimitar un universo que incluye prácticas, sistemas de creencias, consumos específicos y más, como insumos para la edificación

de un estilo de vida que se incorpora cómodamente al entorno. Para definir el universo del yoga sobre el cual esta tesis pone la lupa cabe reponer las palabras del sociólogo brasileño Renato Ortiz (2019) sobre qué es un universo en el campo de las ciencias sociales:

Un universo es un territorio en el que habita un modo de ser y de estar en el mundo. Está constituido por individuos, instituciones, prácticas y objetos. Se trata, por tanto, de un todo, una totalidad en la cual la integración de las partes que la componen se hace necesaria, pues estas se encuentran interrelacionadas (p. 50).

Habría que agregar la matriz discursiva o la ideología —siguiendo a Ortiz— como otro componente protagónico. Entonces, constituyen el universo del yoga en la CABA practicantes, instructores/as, espacios (institutos, centros culturales, estudios, gimnasios que incluyen el yoga en sus grillas, pero también dietéticas, mercados orgánicos, ferias de alimentación saludable), clases (de hatha yoga, iyengar yoga, bikram yoga, kundalini yoga y de fusiones de yoga con otras prácticas),¹ acercamiento a prácticas afines (astrología, terapia bioenergética), elementos para la práctica (bolsters,² mats,³ bloques de madera o de goma espuma, correas⁴), discursos, ideas y creencias que plantean un modo de autoperibirse y de percibir la realidad.

El objeto de estudio delimitado configura una puerta de entrada a la reflexión en torno al tipo de subjetividad que modela y demanda el orden social capitalista en su etapa actual. En este trabajo, se articulan diversas perspectivas teóricas como antecedentes clave al considerar el impacto de los más recientes procesos de transformación social a escala subjetiva, su cruce con la economía, con lo urbano y con la tecnología (Sibilia, 2008; Van Dijck, 2016; Han, 2012 y 2014; Arizaga, 2017). El espacio para la emocionalidad y el desenvolvimiento de un sujeto de rendimiento que trabaja sin fin para hacer de su vida una obra con estilo, un sujeto digitalizado

¹ Algunos ejemplos de prácticas disponibles en CABA son el acroyoga (combinación de yoga y acrobacias) y el yogafit o fityoga (combinación de movimientos típicos del fitness como las flexiones de brazos, las sentadillas o los abdominales con posturas tradicionales de yoga).

² Almohadón especialmente diseñado para la práctica de yoga. Puede utilizarse para sentarse sobre él, flexionarse tanto para delante como para atrás, o servir de soporte para otras partes del cuerpo (cuello, cabeza, hombros) según exijan las diversas posturas.

³ Alfombra de entre 4 y 6 milímetros de espesor que se utiliza para practicar yoga. El material más común es el PVC, de alto costo ambiental, por lo que actualmente se encuentran disponibles mats fabricadas con materiales sustentables.

⁴ Los bloques y las correas facilitan el logro y la permanencia en determinadas posturas.

que —despojado de la coacción disciplinaria— se erige en empresario y panóptico de sí mismo, configuran otros puntos de partida ineludibles (Han, 2014). Esta tesis asume el análisis de las prácticas y los discursos espirituales que integran el universo del yoga en CABA como vía para explorar las articulaciones entre dimensiones sociales y subjetivas, en el contexto de un capitalismo que la socióloga argentina Cecilia Arizaga (2017) describe como “de corto plazo” por su distanciamiento de cualquier clima de certidumbres y relativa estabilidad. Se trata de un universo en el que se despliegan sin tensiones los modos de ser y estar en el mundo que alimenta el orden sociocultural neoliberal, legitimado en el escape de lo rígido, el recurso al presente constante, la exaltación del emprendedurismo, la fuerte apelación a las nociones de autonomía, flexibilidad y libertad, y la interpelación a un sujeto-empresa que da batalla creativamente a riesgos e incertidumbres.

Siguiendo a Susana Murillo (2013, 2015 y 2018), se propone una aproximación al neoliberalismo no solo como estrategia económica o como teoría filosófica que promueve reducir al mínimo la intervención del Estado, sino como una tendencia compuesta de prácticas y creencias que configura una mutación en un orden social capitalista renovado, nutrido de sus propios obstáculos y fallas, y de los movimientos de sus opositores. Retomando el planteo de Boltanski y Chiapello (2002), es interesante pensar en un nuevo espíritu del capitalismo, entendiendo la noción de “espíritu” como producto de la articulación y la relación dinámica entre las nociones de crítica y de capitalismo (p. 35). Afirman los autores sobre esta relación dinámica:

Cuando el capitalismo se ve obligado a responder a los puntos destacados por la crítica para tratar de apaciguarla y para conservar la adhesión de sus tropas —que corren el peligro de prestar atención a las denuncias de la crítica—, *procede en esa misma operación a incorporar en su seno una parte de los valores en nombre de los cuales era criticado* (p. 73 [el destacado es del original]).

Reconociendo una mutación del capitalismo en dirección a la reducción de las formas más explícitas de opresión, esta tesis adscribe a la propuesta de Murillo de interpretar el neoliberalismo como una forma de cultura, tal como podría comprenderse también el

liberalismo. La autora expone dos aspectos o procesos centrales del orden neoliberal, que hace su entrada en el campo de las políticas concretas del cono sur latinoamericano en la década de 1970: por un lado, la centralidad dada a las tácticas de gobierno de la subjetividad individual y colectiva, mediante las que los fenómenos afectivos, cognitivos y morales —sentimientos, saberes y valores— se constituyen objeto de cálculo e intervención con el fin de mantener un sentido común que acepte lo “dado” como única realidad posible.⁵ Se trata de un proceso histórico complejo, en el que se producen profundas transformaciones de los comportamientos y la sensibilidad humanas. Para Murillo, si bien no es adecuado hablar de una planificación en sentido estricto, es posible identificar tácticas y estrategias⁶ tendientes a producir y acelerar tales mutaciones. Este proceso es —a la vez— condición de posibilidad y efecto de un segundo: la tendencia a reforzar el Estado en cuanto espacio facilitador de negocios internacionales centrados en el lucro.⁷

La hegemonía del capital financiero se sostiene en el marco del neoliberalismo en una constante violencia simbólica y física que conjuga formas manifiestas sobre figuras y movimientos, con una incesante interpelación a las subjetividades a aceptar y buscar una completud imaginaria (Murillo, 2015; 2018, p. 394). La mirada individualizante de la racionalidad técnicopolítica neoliberal no necesariamente busca disciplinar cuerpos que sean dóciles y útiles, ni la mirada totalizante tiende a normalizar poblaciones como en el siglo XIX. Ambas buscan destituir lazos sociales capaces de confluir en solidaridades emancipatorias (Murillo, 2015, p. 17).

⁵ Aquí existe un punto en común con el planteo central de Mark Fisher (2019) en *Realismo capitalista. ¿No hay alternativa?*, ensayo en el que el crítico cultural británico reflexiona acerca de los estados subrepticios y no visibles del capitalismo tardío que le permiten mantenerse con discreción, como si fuera la única alternativa posible. Fisher describe una atmósfera general de aceptación y naturalización que define, con provocación, como “realismo capitalista” trazando un paralelismo con el “realismo socialista”, corriente artística oficial durante gran parte de la historia de la Unión Soviética que circunscribía el arte a la expansión de la conciencia de clase y el conocimiento de los problemas sociales (el socialismo se mostraba como único camino posible para el bien común y el realismo socialista como único camino posible para el arte).

⁶ Estos conceptos se retoman de Foucault, quien en el tomo 1 de su *Historia de la sexualidad* comparte cuatro “prescripciones de prudencia” —que no constituyen imperativos metodológicos— a la hora de abordar las relaciones de poder (en ese caso en el campo de la sexualidad). Una de ellas hace referencia al juego necesario entre tácticas específicas y estrategia de conjunto. Las primeras son focos locales, simultáneamente efectos y soporte o punto de anclaje de una estrategia que las contiene (Foucault, 2006, p. 121).

⁷ “No obstante, ese complejo intento de administración de las subjetividades y colonización de los Estados se reconfigura estratégicamente a partir de resistencias diversas, que constantemente producen procesos de subjetivación que dan a luz nuevas formas de vida y creatividad.” (Murillo, 2018, pp. 394-395)

Murillo desarrolla un trabajo sólido y minucioso para mostrar cómo se sentaron las bases de una matriz discursiva que intenta —hasta el presente— invalidar la exigencia de derechos por parte de los/as trabajadores/as y legitimar la responsabilización de todo ser humano respecto de su propia vida y muerte.⁸ Mientras que se erosiona, hasta prácticamente su extinción, toda conciencia de relación entre capital y trabajo y se constituye a todo sujeto en empresario de sí, se robustece la tendencia de suprimir la cuestión social y de eliminar toda idea de conflicto emergente del abismo entre, por un lado, los proclamados principios universales de igualdad, propiedad y libertad y, por el otro, la realidad efectiva. La cuestión social, cuya emergencia resulta de esa distancia entre principios y realidad que se torna evidente con la Revolución Industrial, instala la idea de un Estado responsable de contener los efectos de la desigualdad. Por su parte, la teoría de la escuela austriaca, que separa el valor del trabajo humano, corrió la mirada hacia las acciones individuales en la búsqueda del cuidado de sí. Centrando el análisis en la estructura de la conducta individual, sostuvo que la ruina o el éxito solo dependen de la libre decisión individual. Desaparecen entonces los condicionamientos sociales en las vidas de quienes se transforman en competidores libres en el mercado. Corolario de lo anterior es el carácter natural de la desigualdad, que sería efecto del libre juego de la competencia (garantizado por un Estado que debe reducir a ello su actuación) (Murillo, 2013, 2015 y 2018).

⁸ Susana Murillo profundiza en la matriz discursiva del neoliberalismo y expone la irrupción de las críticas a los límites de los principios del liberalismo. La autora husmea en documentos de la escuela austriaca, primeramente en los escritos de Carl Menger (1849-1921), quien sería uno de los pilares de la matriz neoliberal. La escuela austriaca, desde Menger hasta algunos de sus exponentes actuales, sostuvo, con matices, que el valor de los bienes depende del significado que tienen —en su circulación— para los sujetos individuales, es decir, de la importancia que un individuo le da para lograr sus objetivos o deseos. Esta corriente buscó una legitimación epistemológica de validez universal para la formulación de sus principios, de modo que sus conceptos acerca del valor como apetencia subjetiva y de los sujetos individuales como actores simétricos son presentados como atributos universales, independientes de toda experiencia histórica. La idea del valor de un bien como una dimensión subjetiva desecha toda consideración del trabajo (socialmente necesario para producirlo), obturando la posibilidad de dar cuenta de la contradicción entre el capital (relación social basada en la existencia de las clases e impulsada por la búsqueda de ganancias) y el trabajo (actividad creadora y transformadora de la naturaleza y de los/as trabajadores/as). Esta teoría subjetiva del valor, que como muestra Murillo hace a la formación discursiva neoliberal que pudo ponerse en práctica varias décadas más tarde, surge en varios lugares simultáneamente, como expresión adversa a la teoría marxista del valor, el concepto de plusvalía y los levantamientos obreros del siglo XIX.

Desde Carl Menger hasta Milton Friedman (1912-2006), pasando por Ludwig von Mises (1881-1973) y Friedrich von Hayek (1889-1992), Murillo muestra con claridad diversos momentos lógicos de la matriz neoliberal.

Murillo muestra que el neoliberalismo resolvió “el problema de la cuestión social” desplegando una estrategia discursiva que suprime el principio de igualdad y que ensalza la libertad individual. Se entiende que la propiedad depende del desempeño en el mercado, al tiempo que la idea de la natural desigualdad de los seres humanos invita a proclamar legítimamente la disipación de la política social universal, el estímulo a la competencia, la centralidad del individuo, la interpelación a su deseo y la incitación a abultar y administrar exitosamente su capital humano.

Concretamente en Argentina, este engranaje económico-cultural comenzó a instalarse a mediados de la década de 1950 a partir de la autodenominada “Revolución Libertadora”,⁹ logró desbloquearse efectivamente en 1976 a través del golpe de Estado, y actualmente resulta complejo de desterrar, aun cuando en determinados periodos retrocedan o se disuelvan algunas de las medidas económicas que lo caracterizan. El neoliberalismo a escala nacional tuvo como puerta de entrada la dictadura cívico-militar sostenida entre los años 1976 y 1983. En los años noventa, se desplegó a través del temor a la pérdida del empleo y la vivencia del desamparo,¹⁰ al tiempo que se instaba al consumo desmesurado, lo que derivó en el desgarramiento entre la precariedad de amplios sectores de la población y la imaginaria completud transmitida mediante un auge de lo farandulesco en los medios de comunicación. En

⁹ En 1955, se derrocó al presidente constitucional Juan D. Perón y se instauró una dictadura militar que favoreció a los sectores agroexportadores y financieros. Tras el golpe de Estado, el gobierno militar de Eduardo Lonardi solo se mantuvo durante los primeros 52 días con un estilo algo conciliatorio, y luego fue derrocado por el ala liberal de los golpistas. Desde ese momento, se profundizó el carácter anticomunista y antiperonista del gobierno dictatorial, se derogaron las medidas sociales y laborales establecidas durante el peronismo y se estableció una política económica dirigida por los economistas más conservadores.

Murillo (2018) repone que tras el golpe de 1955, Friedrich Hayek —líder político y teórico influyente durante el siglo XX que, por sus ideas y prácticas, personificó la revolución neoliberal— arribó a Argentina auspiciado por el Centro de Estudios sobre la Libertad, dirigido por Alberto Benegas Lynch (figura inscripta en el espacio del liberalismo antiperonista más radicalizado y uno de los impulsores del golpe desde el campo intelectual). En 1956, año en que el país ingresó al Fondo Monetario Internacional, Hayek se reunió con Pedro E. Aramburu, presidente de facto desde noviembre de 1955. En 1959, Benegas Lynch desde el mismo Centro, organiza la visita a Argentina de Ludwig von Mises (maestro de Hayek), para inaugurar la Licenciatura en Economía en la Universidad de Buenos Aires a través de seis conferencias en las que se expresó en torno a la importancia de la libertad de mercado y de las inversiones extranjeras en nombre de la libertad individual, intercalando críticas al gobierno derrocado en 1955, que caracterizaba como una tiranía (p. 405).

¹⁰ A través de los hitos normativos que caracterizaron el período de convertibilidad, es posible reponer la progresiva instalación de un nuevo paradigma en materia de relaciones laborales en Argentina signado por la extensión de modalidades de contratación que erosionaban la estabilidad y generaban desprotección frente a situaciones de despido, con su consecuente impacto en el nivel subjetivo, vinculado a emociones de descuido, abandono y desánimo. Al respecto, ver: ley 24013/91; ley 24465/95; ley 24467/95; ley 24522/95; ley 24557/95; decreto 1553/96, decreto 1554/96; decreto 1555/96 (Recalde, 2011).

la compilación *Neoliberalismo y gobiernos de la vida*, Murillo (2015) invita a registrar que el actual viraje de la forma cultural neoliberal expone el agotamiento de esta clase de golpes duros y el rechazo de la población a ellos.¹¹

Desde ámbitos diversos —como la política, los medios de comunicación, las prédicas y las prácticas abocadas al bienestar personal— se despliegan discursos que en su circulación debilitan los lazos sociales e instan a los sujetos a centrarse en el cuidado de sí mismos y en la obligación de ser felices. Así como desde los medios de comunicación se contribuye al mantenimiento de una angustia flotante y una sensación de indefensión mediante un uso insistente de los significantes “corrupción” e “inseguridad”, es posible plantear que desde la espiritualidad yogui se invita a aceptar lo que acontece y conectarse con uno/a mismo/a, sintonizando —en ambos casos— los modos de ser y habitar con la forma cultural neoliberal. El ensimismamiento —como punto de convergencia entre discursos y ámbitos de acción diversos— obtura la posibilidad de ver los procesos que producen las situaciones de desamparo (Murillo, 2015, p. 31).

Como señala Arizaga (2017), en el marco de esta mutación del orden social capitalista que es el neoliberalismo, los sujetos encuentran recursos a través de los sentidos que otorgan a sus prácticas y consumos para compensar la incertidumbre que se extiende como emoción propia de la época. A partir de las ideas de “bienestar” y “autenticidad”, se buscan nichos de certeza y seguridad en el plano subjetivo.

Con la intención de hacer un aporte a la caracterización del impacto en el nivel subjetivo de la vida urbana contemporánea (fuertemente signada por la matriz neoliberal y por la cultura de la conectividad en la que se consagra la infraestructura *online* como medio para una interacción social tecnológicamente codificada), esta tesis indaga en torno a la expansión de

¹¹ A partir de esta idea pueden pensarse ciertas diferencias en materia de articulación de medidas económicas y dinámica cultural neoliberal durante el menemismo y el macrismo. La figura de Carlos Menem desplegó un discurso antiestatista y consumista explícito y representó, en su forma de ejercicio del poder, el goce libre de restricciones, la ostentación, el lujo y la farandulización de la política. Luego del éxito estabilizador de la convertibilidad que produjo un *boom* de consumo y a medida que se acentuaba la crisis económica durante la segunda mitad de la década de 1990, esta lógica cultural entró en tensión y ganó cada vez más rechazo en amplios sectores de la población. Años más tarde, como exponente de una reformulación del neoliberalismo, Macri resultó menos rotundo en su modo de expresarse con respecto a cuestiones como el rol del Estado, aludió más a lo emocional que a lo material como vía de acceso al bienestar y construyó una imagen de sí como líder despojado, sobrio, espiritual (aspecto que se desarrollará en el capítulo 3).

estilos de vida asociados con una espiritualidad reconfigurada entre los/as habitantes de CABA que cuentan con un amplio recorrido en la educación formal. En los últimos años, la ciudad ha sido escenario de una transmisión vertiginosa de prácticas como yoga, meditación y cursos de respiración,¹² junto con una nueva irrupción de la astrología —fortalecida y disputando el trono al psicoanálisis— y la difusión de una cultura alimentaria que pregonaba una dieta saludable, orgánica, consciente y personalizada.

En la actual cultura de la conectividad, la socialidad continúa desplazándose al espacio virtual, y las conexiones, creaciones e interacciones humanas resultan alteradas por estructuras codificadas (Van Dijck, 2016). Como advierte Van Dijck, la resignificación de nociones como “compartir” o “seguir” produce efectos sobre el sistema de valores sociales y de prácticas culturales (p. 42). En sincronía con la intensificación de relaciones sociales mediadas por las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), la disolución de los lazos sociales no virtuales (procesos rotundamente acentuados durante la pandemia por el virus COVID-19) y el impacto de las redes sociales en el nivel subjetivo que erosiona la división burguesa entre intimidad y mundo exterior,¹³ se manifiesta un nuevo modo de relacionarse con lo espiritual, que se articula con discursos desencantados y experiencias secularizadas propias de las sociedades contemporáneas.

A modo de hipótesis o supuesto de orientación se plantea que el acercamiento a prácticas y bienes culturales espirituales se despliega, simultáneamente, como recurso de contrapeso y aceptación. Es decir, los discursos y las prácticas espirituales, que se han venido extendiendo en los grandes centros urbanos hasta tornarse masivos, equilibran o resultan un bálsamo a la vorágine de las sociedades posmodernas y, en simultáneo, promueven una socialidad centrada en el individuo, en el deseo subjetivo individual y en la experiencia personal, contribuyendo al fortalecimiento del engranaje económico cultural neoliberal.

¹² Los más célebres son aquellos impulsados por la fundación de origen indio “El Arte de Vivir”. Hacia 2015 esta organización creada por Ravi Shankar en el año 1982 tenía presencia en 151 países, siendo las tres naciones en las que más había crecido Mongolia, Rusia y Argentina (Vommaro *et al.*, 2015, pp. 416-417).

¹³ Paula Sibilia (2008) utiliza el concepto de *extimidad* (p. 35) para aludir al fenómeno contemporáneo de exhibición de la intimidad. Infinidad de escenas de la vida privada que se muestran en Internet borran la clásica distinción entre vida y obra, dando lugar a prácticas autobiográficas estridentes y posmodernas en torno a las que se consagra un flamante *show del yo* (p. 33).

Se entiende por *socialidad* la trama de relaciones que tienen lugar en el encuentro cotidiano con otros sujetos, instituciones y espacios. Esta se manifiesta en lo microsocioal, y alude a las formas de convivencia, de interacción y de comunicación diaria de los actores (Díaz Larrañaga *et al.*, 2011, p. 3). Cuando la búsqueda de experiencias y la gestión de los sentimientos y las emociones son complemento necesario de la adquisición de objetos físicos, la sensibilidad se transforma en mercancía, permitiendo que producción económica y producción de experiencia social y afectiva coincidan (Prada, 2011). El investigador y crítico de arte español Juan Martín Prada considera que la afectividad es el motor de arranque de toda socialidad, punto de enlace esencial entre el afuera y el adentro, entre la individualidad y la colectividad. Según este autor, “la afectividad humana es sobre todo un vínculo estético, es el vínculo que se genera con el mundo, con sus objetos, entornos y seres a través de las emociones sobre el mundo, de los sentimientos que produce el afectar y ser afectado por este” (Prada, 2011, p. 2).

La indagación en torno a la extensión de una espiritualidad reconfigurada en una ciudad como CABA permite comprender de qué formas la experiencia social espiritual —con su invitación a transformar la *crítica* en *aceptación* y la *confrontación* en *equilibrio interior*— actúa como bálsamo o compensador en individuos que asumen que el manejo de los riesgos y la posibilidad de progreso han perdido su condición de empresas colectivas, deviniendo en asuntos relativos al despliegue de estrategias individuales.¹⁴

Algunos de los interrogantes que impulsan y ordenan esta investigación son: ¿qué elementos y rasgos de las relaciones sociales, que se generalizan en las grandes ciudades, en el marco del capitalismo tardío, propician la irrupción y la extensión de estilos de vida vinculados con una nueva espiritualidad? Es decir, ¿qué necesidades, búsquedas, oportunidades de la población urbana que se identifica con la clase media encuentran respuesta en estos espacios/discursos/prácticas? ¿Cuál es su sentido? Por otra parte, ¿cuáles son los puntos de encuentro entre el estilo de vida *enyoguizado* y la cultura neoliberal? ¿Qué ideas, valores y preceptos asociados con el yoga o la meditación convergen con la cultura neoliberal y con el tipo de subjetividad que modela y demanda? Resumiendo: ¿en qué aspectos los discursos y las prácticas culturales espirituales actúan como bálsamo o compensador (en el marco de

¹⁴ Como argumenta el sociólogo francés Robert Castel, las sociedades contemporáneas no logran asegurar la protección, y si bien es cierto que se exalta al individuo, se instala también su vulnerabilidad (Castel, 2003, p. 42).

sociedades individualizadas) y en qué otros alimentan o refuerzan la política y la cultura neoliberal (con su individualismo radical)?

En relación con los posibles puntos de encuentro de la nueva espiritualidad con la recepción pasiva de una realidad social desigual, resulta pertinente analizar la resignificación de ciertos preceptos promovidos como forma de vida desde el universo yogui, que pueden estar presentes en las clases de yoga, escritos en letreros que decoran las salas, pronunciados hacia el final de la práctica o difundidos vía redes sociales por instructores/as devenidos/as en *instagramers*: la “aceptación de la realidad tal como se nos presenta”; la invitación a “ser testigos de lo que pasa en nuestra mente y en nuestro cuerpo, sin involucrarnos con lo que percibimos”; la postulación del alma como sustento ontológico que desbanca a las acciones (“no soy mi cuerpo ni soy mis acciones, soy tan solo un alma eterna”); la búsqueda de un estado emocional que anule el pasado (y también el futuro), con vistas a llevar la conciencia al presente, el encuentro *con uno/a mismo/a*.

En sincronía con la extensión de consumos culturales espirituales como el yoga, la meditación, la respiración consciente, el *mindfulness*¹⁵ o la terapia bioenergética,¹⁶ por parte de los sectores urbanos identificados con las clases medias, se masifican otras prácticas que también ponen en el centro al individuo desde una lógica temporal que acentúa y amplifica el presente: tanto el *running* como las fiestas electrónicas promueven una socialidad en la que todos están *juntos-pero-solos*, en la que tiene lugar una oximorónica pertenencia sustentada en lo individual. Vinculando los aportes conceptuales de Arizaga con los que desarrolla el filósofo surcoreano Byung-Chul Han, puede considerarse que la idea de la gestión o el *management del*

¹⁵ Tipo de meditación que busca prestar atención de manera consciente a la experiencia del momento presente. La palabra *mindfulness* es una de las primeras traducciones que se hicieron de la palabra “sati” en pali, un idioma similar al sánscrito. “Sati” es la nominalización del verbo “sarati” que significa *rememorar* o *recordar*. Puesto que recordar es traer al presente, *sati* o *mindfulness* es la capacidad humana de recordar estar en el presente, es decir, volver constantemente al aquí y ahora. La traducción al español más utilizada en la actualidad es “atención plena”, aunque circula en mayor medida el vocablo en inglés.

¹⁶ Forma de psicoterapia basada en el trabajo con la unidad funcional mente-cuerpo, creada por el médico y psicoterapeuta estadounidense Alexander Lowen (1910-2008), a partir de la línea de Wilhelm Reich (psiquiatra y psicoanalista de origen austriaco, creador de la vegetoterapia caracterioanalítica, primera psicoterapia corporal). Considera como punto de partida que el lenguaje del cuerpo, su postura, respiración, motilidad y expresividad muestran matices de la historia personal y de cómo se fue construyendo el modo de estar y ser en el mundo desde el pasado hasta el presente.

yo se expresa tanto en técnicas de autocontrol como de automedicación como vías para maximizar el rendimiento (Arizaga, 2017; Han, 2014).

En un escenario de globalización cultural y desterritorialización, hacer foco en los nuevos bienes culturales espirituales deja en evidencia un presente distinto a los tiempos en que la influencia del Estado-nación imprimía una lógica local en la dinámica y la conformación del campo religioso o espiritual.¹⁷ Además, en los principales centros urbanos se puede constatar que en términos demográficos se ha producido un cambio en los vínculos primarios y sus formas legales. En ciudades como CABA se experimenta un crecimiento sostenido de los hogares unipersonales y cambios en las elecciones referidas a los vínculos, la convivencia y la fecundidad. Según el último Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas, realizado en Argentina en 2010, un 17,7% de los/as argentinos/as vive solo/a. Si se pone la lupa en CABA, este valor asciende al 30% (y se preveía que en 2018 iba a alcanzar un 35,7%, según las proyecciones) (Fernández López, 2020). Además, un estudio realizado en 2011 por la Dirección General de Estadística y Censos del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires (GCBA) dio cuenta de la aceleración de esta tendencia al mostrar que, en tres décadas, los hogares unipersonales duplicaron su participación en la distribución por tipo de hogar: en 1980, el 15,9% de los hogares de la ciudad eran unipersonales y para 2009 este valor ascendía al 29% (Dirección General de Estadística y Censos, 2011). Estas transformaciones demográficas, de la mano de nuevas presencias migratorias, se revelan en la dinámica cultural de CABA, escenario propicio para abordar un nuevo tono emocional base, al decir de Jameson (1991), donde aparece lo no occidental, insospechado décadas atrás.

Retomando la noción de estructura de sentimiento, entendida como “pensamiento tal como es sentido y sentimiento tal como es pensado” (Williams, 1980) y profundizando en el análisis de las lógicas de sentimiento que atraviesan el consumo masivo de bienes culturales espirituales, interesa conocer qué temas, fusiones, estéticas, permanencias y cambios se identifican; qué relatos se construyen; qué mensajes se transmiten; qué lugar se destina a lo

¹⁷ En relación con esta idea, resulta interesante la identificación que hace el antropólogo indio Arjun Appadurai de un hinduismo global: “Religiones que en el pasado eran de un carácter decididamente nacional, hoy más que nunca se plantean misiones globales y clientelas diaspóricas” (Appadurai, 2001, p. 37). De todas formas, en el presente trabajo el yoga y la meditación se asumen como prácticas que aportan a la composición de un estilo de vida, más allá de cualquier contenido u origen religioso.

individual y a lo colectivo; cuál es el modo de procesar el pasado y abordar el futuro; cómo entra en juego la dimensión de clase y la cuestión de género. El desafío es comprender cómo una nueva espiritualidad expresa —e incide en— la conformación de una dinámica social distintiva entre los sectores urbanos identificados con las clases medias.

Huelga decir que el principal objeto de estudio de esta tesis es el acercamiento de los sectores urbanos identificados con las clases medias a prácticas y discursos vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era (del siglo XXI). Este es concebido como una ventana desde la cual observar el tipo de subjetividad que modela y demanda el orden social capitalista en su etapa actual, en una ciudad atravesada por la globalización y la conectividad, como es Buenos Aires.

Otro aspecto central del abordaje teórico radica en el acercamiento a la noción de clase social como cuestión identitaria (Adamovsky, 2009; Garguin y Visacovsky, 2009), dispositivo de interpelación ideológica (Murillo, septiembre de 2014) estrechamente vinculado con la edificación de un estilo de vida (Arizaga, 2017).¹⁸

En Argentina, los datos de reiteradas encuestas realizadas durante los últimos años por consultoras locales y publicados en diversos artículos periodísticos, indican que alrededor del 80% de las personas se reconoce como “de clase media”, más allá de que recurrentes análisis

¹⁸ En el contexto de una reflexión sobre la actual clase media argentina también se reconocen los aportes que han delineado el marco analítico sobre los sectores medios en los niveles internacional, regional y nacional. Los enfoques clásicos sobre estratificación social —marxistas, weberianos y funcionalistas— pusieron el trabajo en el centro de los procesos de constitución y diferenciación social. Durante la primera mitad del siglo XX, la sociología europea y la angloamericana hicieron foco en aquel sector de la sociedad que se robustece cuando el empleo no manual y el sector servicios comienzan a ganar terreno (Sémblér, 2006). En América Latina, la reflexión sociológica sobre los sectores medios se consolida hacia mediados de siglo XX, en el marco de los proyectos desarrollistas que se estructuraron en torno a la sustitución de importaciones, cuyas resonancias convocaron a comprender las principales transformaciones operadas en las categorías sociales clásicas y a identificar aquellos grupos que podían ejercer un rol de conducción en los procesos modernizadores. Uno de los aportes más influyentes fue el de Gino Germani para quien el desarrollo suponía el paso de una sociedad con estamentos nítidamente diferenciados y escasa movilidad social, a una propiamente moderna signada por una movilidad social ascendente y por la consagración del desempeño individual —que desbancó a la adscripción— como factor de estatus. En su análisis, la estructura ocupacional constituye el núcleo fundamental de la estratificación social. Dicha estructura se concibe jerárquicamente a partir de las valoraciones de los roles y grupos ocupacionales, los niveles socioeconómicos y de instrucción que estos implican, los valores, las normas y las actitudes que les corresponden y, por último, la “autoidentificación” de los individuos con los diferentes estratos sociales (Germani, 1968).

En la teoría social contemporánea, se destaca la influencia de los enfoques teórico-relacionales entre los que se encuentran los trabajos de Giddens, Wright y Goldthorpe. Articulando las dimensiones de análisis marxistas y weberianas, estos trabajos se enfocan en describir las relaciones de clase más que las estructuras de desigualdad, integran de una forma novedosa ejes analíticos como estructura y acción o explotación y dominación, enlazan relaciones de producción y de mercado para la identificación de las clases e incorporan otras bases de diferenciación y asociación colectiva, además de las clases sociales (Sémblér, 2006).

con foco en los ingresos familiares mensuales señalen que este grupo lo conforma solo el 45% de la población (Jueguen, 2015; *iProfesional*, 2017 y 2018) y de que la referencia a las clases medias en los estudios sociológicos no remita a un intervalo de ingresos sino a un conjunto de relaciones sociales —que pueden variar según las distintas aproximaciones teórico metodológicas—. En *El nuevo espíritu del capitalismo*, Boltanski y Chiapello (2002) proponen pensar que el incremento del sentimiento de pertenencia a la clase media —dando lugar a una especie de absorción de todas las clases por una vasta clase media— puede interpretarse como una negación de la conciencia de clase y un debilitamiento de la oposición entre estas (p. 405).

En el año 1960, una encuesta a poco más de 2.000 habitantes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) mostró que el 2,3% eligió definirse como perteneciente a los escalones superiores (“clase alta”, “rico”, “aristocracia” o “burguesía”), el 38,8% lo hizo como de clase media y el 58,9% se ubicó en los escalones bajos (“modesto”, “humilde”, “clase popular”, “proletariado”). En el juego analítico que por entonces propone Germani entre clase social subjetiva e indicadores objetivos de estratificación, ya es posible percibir la expansión de la identidad de clase media: un 15% de los/as encuestados/as que según criterios objetivos eran de clase baja se percibieron como clase media, en tanto el 70% de los/as que objetivamente eran de clase alta eligió definirse como clase media (Germani citado en Adamovsky, 2009).

Si bien la clase media como actor significativo de la dinámica social argentina ha sufrido cambios como consecuencia de una estructura económica alterada por sucesivas etapas de políticas neoliberales —consolidando en su seno una fracción empobrecida afectada por la desocupación y la subocupación (Wortman, 2007, pp. 13-15)—, la autoidentificación con este sector conserva una enorme potencia en el país. Esto convoca a adscribir al reconocimiento de la clase media argentina como un concepto construido en torno a regularidades culturales e identificaciones identitarias (Adamovsky, 2009; Garguin y Visacovsky, 2009; Arizaga, 2017). En cuanto a los valores que circulan por este segmento (y que repercuten en las elecciones referidas al consumo), a los clásicos asociados a la meritocracia, la educación, el esfuerzo y el trabajo, se han sumado —en el marco de la posmodernidad— la realización personal, el placer, la experiencia, la autenticidad y la no postergación (elementos que no se encuentran al alcance del vasto sector autoidentificado con las clases medias, sino del grupo más consolidado en

términos económicos y de desarrollo profesional). Se está pensando en los modos de consumo como marcadores de identidad y en un sector de la población heterogéneo en su interior, que, independientemente de la condición social, comparte narrativas, pautas y valores. En su *Historia de la clase media argentina*, el historiador argentino Ezequiel Adamovsky (2009) expone que, antes de la década de 1940, “clase media” era una expresión conocida, pero se trataba de una identidad social levemente instalada. En el caso argentino, el peronismo puede estimarse como hito fundamental para la afirmación y el arraigo de una identidad de clase media, al crear motivos para que una porción de la población sintiera la necesidad de distinguirse de otra.¹⁹ De ahí que Adamovsky (2009, p. 491) señale que la identidad de clase media lleva incorporadas unas “anteojeras elitistas” para verse a sí misma y a los demás, que tiene efectos concretos tales como la jerarquización de las personas según su poder adquisitivo. Cabe aquí añadir que desde que el GCBA adquirió autonomía en 1996, el peronismo resultó altamente rechazado para ejercer el poder ejecutivo en la ciudad y cosechó un menor porcentaje de votos en las circunstancias de victorias nacionales. La identidad de clase media conserva vigor en CABA, tanto en su contenido práctico como en la manera en que invita a ver el mundo, imaginarse a uno/a mismo/a y a los/as demás. Al pensar en la clase profesional porteña, es interesante considerar el acoplamiento entre las tendencias globales en ciudades cosmopolitas y la historia social, política y económica local. En este sentido resulta necesario y enriquecedor el aporte de Adamovsky. Para pensar el *boom* del yoga y la meditación ubicuamente, en CABA, se debe considerar esta fuerte impronta de identidad clasemediera, consolidada hacia mediados de siglo XX, que la diferencia de otras metrópolis latinoamericanas.

¹⁹ Adamovsky (2009) reúne elementos para afirmar que el movimiento que generó Perón a partir del emblemático 17 de octubre de 1945 “resultó mucho más plebeyo de lo que a él le hubiera gustado”. De todas maneras, en ese momento de la historia argentina, se consolida la identidad de clase media, como reacción al vendaval que sacudió los cimientos que definían el lugar de cada cual en la sociedad. Las masas que apoyaron a Perón expusieron todo aquello que la cultura dominante había invisibilizado, silenciado o reprimido: “El cuestionamiento de las jerarquías de clase, de cultura y de ‘raza’ que trajo el peronismo logró dejar su huella. Las personas ‘blancas, educadas y decentes’ (especialmente de ingresos no muy altos) tuvieron que habituarse a compartir el espacio público con ‘los cabecitas’, apretujarse con ellos en los colectivos o tenerlos sentados al lado en la mesa de un café céntrico” (pp. 273-274).

Por otro lado, en su obra *La distinción. Criterios y bases sociales del buen gusto*, Bourdieu (2012 [1979]) mantiene como idea rectora que siempre hay que mantener una distancia con respecto a los grupos menos favorecidos de la estructura social, que al acceder a determinado consumo le quitan a este su potencia distintiva. Cada condición se encuentra definida por lo que es intrínsecamente y por aquello de lo que se distingue: “La identidad social se define y se afirma en la diferencia” (p. 201).

En esta línea, Susana Murillo analiza a las clases medias como dispositivo de interpelación ideológica: pertenecer a esta clase se presenta en publicidades o programas televisivos como un modo “natural” de ser feliz, centrado en el propio yo. La búsqueda del éxito, el desplazamiento del lugar de ciudadano al de consumidor y la edificación de un microclima al interior de la esfera privada son algunas de las premisas que orientan el modo de relacionarse en el marco de la cultura neoliberal:

La identificación con aquellos que imaginariamente acceden a una vida feliz posibilita cierta sensación de pertenencia e invita a consumir objetos y adoptar valores centrados en el sí mismo. La interpelación ideológica que caricaturiza el ser de clase media configura un sutil ejercicio de poder sobre la población, que contribuye a mantenerla en los cánones de la cultura neoliberal (Murillo, septiembre de 2014, p. 56).

Reflexionando en clave latinoamericana, Güemes y Paramio (2020) también consideran a la clase media como un concepto vinculado a una identidad social, en torno al cual se unifica un grupo heterogéneo. Si bien reafirman que “la compulsión a calificarse de clase media obedece a la necesidad de no sentirse pobre pero tampoco rico y a un criterio de distinción que se utiliza para diferenciarse culturalmente” (p. 49), por otro lado recurren a Garguin y Visacovsky (2009) para plantear —con relación a la autopercepción de clase— la posibilidad de que en algunos casos se robustezca “un deseo de activar una nueva referencia identitaria y liberarse de las etiquetas negativas asociadas a la ‘psicología’ o el ‘arquetipo’ histórico de las clases medias tradicionales (‘mediopelo’, conformistas, individualistas y superficiales)” (Güemes y Paramio, 2020, p. 50).²⁰

²⁰ Cabe añadir que Güemes y Paramio (2020) despliegan un particular interés por indagar sobre las “nuevas clases medias latinoamericanas”, incluyendo en esta categoría a quienes han dejado de ser pobres y han experimentado movilidad social ascendente gracias a programas de transferencias condicionadas, pero cuya situación es inconsistente, precaria o vulnerable. Se trata de una categoría que se ha tornado relevante en la primera década del siglo XXI en países como Bolivia y Brasil. En cuanto a las diferencias con lo que denominan “clases medias tradicionales”, afirman: “Las nuevas clases medias tienen una construcción cultural/identitaria disímil de la de las clases medias tradicionales. Si bien son igualmente aspiracionistas, no buscan homologarse al canon cultural de las clases altas ni tienen en su horizonte el consumo característico de la modernidad ilustrada, como sí lo tenían las clases mediastradicionales” (p. 51).

A partir de un análisis sobre los discursos y recursos que caracterizan a la clase media urbana argentina, Wortman (2007) alude a la fuerte apelación a la identidad nacional, en contraposición a las identificaciones políticas y la política en general, que funciona en momentos de conflictividad social e ideológica (p. 170). Los sectores medios convergen en su acusación a “los políticos” de todos los males que padece Argentina. Son parte del sentido común de clase media —en cuanto preconcepciones del pensamiento ordinario presentes en este grupo heterogéneo, que obturan la consolidación de una crítica capaz de pensar otro orden posible— afirmaciones tales como “son todos iguales” o “se roban todo”. Este imaginario antipolítico atenta contra la visibilización de un interés general y contribuye al trazado de caminos individuales para el logro de una vida buena. Como parte del *ethos* clasemediero, se enarbola con orgullo la autonomía de este sector, que no está dirigido ni organizado por nadie, a diferencia de los pobres, a los que se asocia con movimientos piqueteros o activistas políticos (p. 172).

La forma de significar el estilo de vida es central para pensar el orden social en una etapa del capitalismo posfordista, donde los modelos de orientación biográfica no incluyen a las clases como marco estable de integración social y de acción, sino que el propio individuo se convierte en la unidad de reproducción vital de lo social (Duer, 2013; Beck, 2006, p. 213; Featherstone, 2000, p. 107; Bajoit, 2008). En este contexto, la clase media es la representación con la que se identifica más del 80% de la población argentina, más allá de lo que indiquen los recurrentes análisis con foco en los ingresos familiares mensuales, las estratificaciones orientadas por el nivel educativo del hogar, u otras clasificaciones en las que propongan la articulación entre múltiples variables. Este hecho convoca a reconocer a la clase media como un concepto construido en torno a regularidades culturales y a concebirla como el gran actor (configurado por una pluralidad de separaciones) que navega por un mar de fusiones, hibridaciones, acoplamientos y excesos de información, mientras —como ocurre en todas las grandes ciudades— se debilitan las dicotomías y las estructuras narrativas organizadas en un principio, un nudo y un desenlace. Los estilos de vida que interpelan actualmente a la clase media se fundan en experiencias que trascienden y funden los binomios real/fantástico, real/virtual, razón/emoción, Oriente/Occidente. La sensibilidad yogui comprende prácticas y emociones

adecuadas para gestionar el bienestar individual en un contexto que traduce complejas problemáticas sociales en estrés y agotamiento personal.

Daniel Mundo (2018) alude a la clase media como “la clase hegemónica a nivel local y global”, esencialmente posmoderna, que repele las contiendas y los conflictos políticos que tanto daño causaron a lo largo de la modernidad, y prefiere el yoga y las maratones de series en *Netflix*. Ampliando esta idea, se delinea una clase que vino al mundo a gozar y ser feliz, es urbana, universal, educada, egoísta, tolerante y prejuiciosa, carece de conciencia de clase, cambió al psicoanalista por un psicólogo que enriquece las sesiones con aportes de la astrología, la terapia bioenergética y la decodificación celular, reemplazó culpa —ya sin eficacia moralizante— por vergüenza —efecto de una exposición seguida de miedo a que la mirada ajena nos devuelva rechazo o indiferencia (Sibilia, 2008)—, esfuerzo sostenido por estallidos de entusiasmo (Zafra, 2017), siente presión por el rendimiento y —consecuentemente— depresión (Han, 2012). Se trata de la clase “con-formada e in-formada por la televisión primero, y por todas las aplicaciones virtuales que traen el mundo a nuestro bolsillo, después” (Mundo, 2018). A través de las posibilidades ilimitadas de personalizar que ofrecen Internet y el *smartphone*, la clase media se desenvuelve como una pluralidad de individuos que pueden habitar micromundos incomunicados. A pesar de sus diferencias en lo que hace a los contenidos, estos presentan una monótona semejanza en cuanto a procedimientos y temporalidades en un escenario de insularidad digital que ofrece como contracara de sus inagotables recursos y contenidos, el declive del espacio público y de la sociabilidad fuera del interés individual (Crary, 2015).

Más allá de la acumulación de cosas, los cuerpos y las identidades clasemedios asimilan un exceso en constante expansión de experiencias, servicios e imágenes, y van desechando preceptos mientras la felicidad se acomoda como único mandato. Particularmente, las experiencias y los servicios que se consumen en el campo espiritual heterodoxo dan forma a un/a nuevo/a consumidor/a de bienes culturales espirituales (Carrone y Funes, 2013). El cultivo de un estilo de vida *enyoguizado* es un modo de habitar la ciudad, una sensibilidad a edificar y alimentar en la experiencia cotidiana de los sectores urbanos que se identifican con la clase media.

Por último, en el contacto con la actual circulación de los discursos y las prácticas vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era en CABA resulta sustancial el recorrido trazado por el sociólogo argentino Nicolás Viotti (Viotti y Vargas, 2013; Viotti, 2015; Viotti y Funes, 2015, Viotti y Semán, 2015). Su corrimiento de todo atisbo funcionalista o simplificador y la profundidad en los matices identificados en cada uno de sus análisis dan forma a valiosos aportes, así como su registro de la sincronía de este *boom* espiritual con el ensalzamiento de la cultura emprendedora resultó ser un sugerente disparador para el presente trabajo. Tanto en el primero como en el segundo capítulo aparece la cuestión del emprendedurismo como contexto que hace su aporte a la explicación sobre la masividad con la que hombres y mujeres responsables de su propio éxito o su propio fracaso buscan espacios libres de exigencias, donde a la vez se refuerza el lugar del individuo como núcleo de los procesos de cambio. Un sujeto emprendedor de sí mismo y ajeno al devenir colectivo.

Se acoplan a este marco teórico conceptual general aportes específicos que enriquecen algunos apartados de la presente tesis. El modo en que Pierre Bourdieu (2003 [1984] y 2012 [1979]) vincula estratificación social y consumo cultural es el punto de partida para pensar los estilos de vida maleables que construye el yogui urbano. En esta dirección, también se consideran los debates latinoamericanos contemporáneos en torno a la propuesta bourdiana que complejizan la idea de homología entre posiciones y disposiciones, entre clase social y gusto. En el marco del primer capítulo, Ferdinand Tönnies (1947 [1887]) y Martin Heidegger (2016 [1927]) son considerados para pensar la afirmación de la ciudad como obstáculo para una vida buena. En el análisis acerca de la integración de la espiritualidad yogui por parte de Mauricio Macri, jefe del GCBA entre 2007 y 2015 y presidente de Argentina entre 2015 y 2019, cobra centralidad el concepto de *ethos* y otras herramientas provenientes del análisis del discurso presentes en los trabajos de Roland Barthes analizados por Dominique Maingueneau (1996 y 2004), y Eliseo Verón (1987).

Aproximación metodológica

La investigación desarrollada para la elaboración de la presente tesis doctoral se inscribe en un enfoque cualitativo, a partir de la combinación de diversas técnicas de recolección de información implementadas durante un periodo de cinco años. El objetivo ha sido contribuir a la caracterización de los modos de ser y estar emergentes en CABA, a partir de la interpretación del fenómeno del yoga y la extensión de una espiritualidad reconfigurada, de acuerdo con los significados que le otorgan las personas implicadas en su cotidianidad. Como aspecto constitutivo de toda metodología cualitativa, está presente el compromiso con la adopción de una perspectiva que aprehenda endógenamente el objeto de estudio desde el punto de vista de los sujetos investigados, entendiéndolo según estos lo perciben y categorizan (Jones *et al.*, 2004).

Se articuló el análisis de documentos (artículos periodísticos, publicidades gráficas y audiovisuales, documentales, sitios web, cuentas de Twitter e Instagram, materiales de difusión asociados a bienes culturales espirituales, meditaciones guiadas) con la producción de información propia mediante cuatro grupos focales, entrevistas coincidentales, entrevistas semiestructuradas programadas y una encuesta realizada vía redes sociales.

La recolección de información primaria se llevó a cabo a través de:

- Cuatro grupos focales de entre cuatro y cinco participantes realizados a mediados de 2015 en el marco del proyecto UBACyT 2014-2017, “Sensibilidades e imaginarios en las producciones culturales argentinas de la última década. ¿Hay nuevos consumos culturales?”.²¹ La muestra estuvo compuesta por jóvenes adultos/as de entre 25 y 35 años, de clase media, residentes en CABA, mitad mujeres y mitad varones. El objetivo fue relevar información para la realización de un análisis exploratorio sobre estilos de

²¹ Convocatoria 2014-2017 para Grupos Consolidados bajo la dirección de Ana Wortman, con sede en el Instituto de Investigaciones Gino Germani de la Facultad de Ciencias Sociales de la UBA. El proyecto tuvo como objetivo analizar cambios y permanencias en la producción y en el consumo de bienes culturales. No solo se consideraron bienes artísticos tradicionales —como la música, el cine o la literatura—, sino también prácticas culturales emergentes. Además, se puso la mirada tanto en las producciones culturales de circulación formal como en aquellas otras que circulan en espacios alternativos.

vida y sensibilidades entre jóvenes-adultos/as de sectores medios del área metropolitana. El enfoque estuvo puesto en una indagación sobre modos de experiencia (aspecto emocional) y representaciones que vayan más allá de los hábitos de consumo, apuntando a entender una “estructura de sensibilidad” o una dimensión “experiencial” o “encarnada” del consumo cultural y de algunos aspectos de los estilos de vida, así como sus posibles transformaciones contemporáneas. Uno de los objetivos específicos fue relevar y analizar las estrategias de gestión de la subjetividad vinculadas al bienestar y las prácticas espirituales que conforman el estilo de vida de un sector de los/as jóvenes adultos/as del AMBA. Con vistas a recolectar información relevante para cada integrante del proyecto de investigación se realizó un grupo focal sobre consumo de literatura, uno sobre consumo audiovisual, uno sobre consumo de diseño y uno sobre consumo de música. Como elemento transversal a los cuatro grupos focales, se indagó sobre aspectos más amplios del estilo de vida vinculados con las representaciones y sensaciones relativas a la gestión del bienestar personal y las nuevas espiritualidades.

- Treinta y dos entrevistas coincidentales (a 21 mujeres y 11 hombres de entre 21 y 61 años) realizadas en diciembre de 2015 en el marco de una meditación masiva, considerada punto clave para la selección de personas que se entrevistarían. Se trató de la jornada “América Medita” organizada con una frecuencia anual por la fundación El Arte de Vivir. Este encuentro se realiza el mismo día y a la misma hora en distintos países de la región. Con el propósito de profundizar en la indagación acerca de las representaciones e imaginarios que envuelven la extensión de prácticas espirituales como la meditación, se realizaron entre tres y seis preguntas a algunos/as de los/as concurrentes acerca de las razones por las que meditan, las semejanzas y las diferencias identificadas entre la forma de relacionarse que promueve la meditación y la forma en que las personas se relacionan cotidianamente en su circulación por CABA, y la opinión respecto de si se medita por igual en todos los sectores sociales.

- Veinte entrevistas semiestructuradas realizadas entre 2017 y 2020 a practicantes de yoga y/o meditación e informantes clave (instructores/as de yoga y de bioenergética, referentes de las fundaciones El Arte de Vivir e Indra Devi, astrólogos/as, especialistas en otras terapias alternativas como la bioenergética). En ellas, se buscó explorar en dimensiones como las necesidades y búsquedas que impulsan el acercamiento a prácticas espirituales, las ideas y los valores que se rescatan de las prácticas que se llevan a cabo, las elecciones, las conductas y los hábitos cotidianos que están presentes en el trazado de estilos de vida que dan cabida a una espiritualidad reconfigurada, las articulaciones entre espiritualidad y política, transformación social o acción colectiva. El número de entrevistas no estuvo predeterminado con exactitud, puesto que se ajustó al criterio de saturación teórica que emerge del proceso de recolección de datos y propone reconocer el momento en el cual ya no se halla más información sobre las categorías en torno a las que se estructura la investigación (Jones *et al.*, 2004, p. 55).
- Encuesta realizada en el mes de julio de 2020 a residentes de CABA que practican o practicaron yoga como actividad regular. Esta fue elaborada mediante la herramienta de formularios de Google y difundida vía Twitter a través de las cuentas de dos periodistas, una mujer con presencia diaria en televisión de aire (con 172.724 seguidores) y un hombre con presencia diaria en radio (con 17.437 seguidores). La muestra reunió 195 casos.²²

Además, se trabajó con consultas a referentes en cuestiones específicas, como una instructora que da talleres de yoga terapia en el Hospital Rivadavia de CABA a mujeres con artritis reumatoidea; o dueños/as de dietéticas consultados/as acerca de las tendencias en materia de productos más consumidos en los últimos años; aportes visuales, folletería y fotografías tomadas en eventos asociados más o menos explícitamente con la espiritualidad estilo Nueva Era, como las ediciones del encuentro “América Medita” organizado en los alrededores del Planetario en CABA hacia fines de 2015 y en la localidad de Vicente López (zona norte del Gran

²² Todos los instrumentos de recolección de información elaborados en el marco de la investigación que dio lugar a la escritura de la presente tesis se encuentran en el anexo metodológico.

Buenos Aires) en 2017; las ferias de alimentos saludables Buenos Aires Market²³ y Sabe la Tierra,²⁴ y clases de yoga en el marco del programa Plazas Activas de la Subsecretaría de Deportes del GCBA.²⁵

En cuanto al seguimiento del objeto de estudio en redes sociales y sitios web específicos, cabe señalar que la sistematización y el análisis de interacciones que tienen lugar en Internet pueden resultar validados desde la propuesta de Christine Hine acerca de la etnografía virtual (Hine, 2004). Mientras el estudio etnográfico tradicional se aboca a observar las interacciones entre individuos que conviven en un mismo espacio o lugar, la etnografía virtual —etnografía digital o ciberetnografía— extiende el estudio etnográfico a encuadres donde las interacciones se encuentran tecnológicamente mediadas. En su libro *Etnografía virtual*, originalmente publicado en el año 2000, la socióloga británica propone una adaptación de los abordajes etnográficos a Internet basada en el estudio de hechos mediáticos concretos, donde la Red juega un papel, por un lado, de instancia de conformación cultural y, por el otro, de artefacto cultural construido sobre la comprensión y las expectativas de los/as internautas. La autora analiza las nociones, las exageraciones, los mitos, los significados y las implicaciones de la “vida en la Red”, mostrando que esta no trasciende las nociones tradicionales de espacio y tiempo, sino que, mediante la barrera entre lo que acontece *offline* y *online*, genera múltiples órdenes en ambas dimensiones. De modo sintético, la propuesta de Hine podría presentarse mediante dos consideraciones entrelazadas: 1) la significación de Internet no existe previamente a los usos que le son atribuidos, sino que emerge in situ, por lo que Internet adquiere forma a través de sus usuarios/as; partiendo de esta idea 2) la etnografía es la metodología adecuada para estudiar los modos en que se usa Internet, en la medida en que esto puede contribuir a la exploración de las complejas interrelaciones existentes entre lo que se afirma sobre las nuevas TIC, desde contextos tan diversos como el hogar, los espacios de trabajo, los medios de

²³ Buenos Aires Market es un mercado itinerante de CABA, con acceso libre y gratuito, dedicado a los alimentos *gourmet* y a los productos saludables (más información en www.buenosairesmarket.com).

²⁴ Sabe la Tierra cuenta con una tienda *online* y mercados en CABA y GBA en donde se conectan directamente consumidores con pequeños productores. Además, entre sus servicios ofrecen organización de eventos para empresas, organizaciones de la sociedad civil o municipios, *catering* y charlas sobre sustentabilidad, promoción del comercio justo y consumo responsable (más información en www.sabelatierra.com).

²⁵ Ofrece actividades y clases gratuitas de diferentes deportes al aire libre (más información en www.buenosaires.gob.ar/noticias/deportes-en-parques-y-plazas).

comunicación masiva o la producción académica. Hine desarrolla los problemas y las estrategias de adaptación de una etnografía en, de y a través de lo virtual y plantea que el tipo de interacciones que habilita Internet no requiere necesariamente del encuentro material de las partes implicadas para que estas puedan estar conectadas, lo que convoca a repensar el rol de la presencia física como fundamento de la etnografía (Hine, 2004, p. 58). Así, sostiene que la etnografía de Internet no puede tener como fundamento y objeto la presencia física, sino que su objeto deben ser las relaciones y el ensamblado de las acciones que los usos de Internet establecen entre los mundos *online* y *offline*. Siguiendo esta propuesta, en la presente tesis se consideraron objetos de observación etnográfica virtual cuentas de Instagram asociadas con estilos de vida espirituales, meditaciones guiadas en Internet y portales sobre bienestar.²⁶

Específicamente para el apartado sobre integración de la espiritualidad en el *ethos* macrista, se dio seguimiento al tema mediante el rastreo en artículos periodísticos publicados a partir del año 2012. Para la consolidación de un primer corpus de análisis, inicialmente se seleccionaron fragmentos de discursos enunciados por Mauricio Macri en los años 2012 y 2015. El primer conjunto de alocuciones se inscribe en el año de eclosión mediática de la incorporación de la espiritualidad estilo Nueva Era a la comunicación política del líder del PRO, en su rol de jefe del GCBA, que tuvo como expresión máxima la organización del encuentro Fevida, con vistas a hacer de CABA el centro espiritual más importante de América Latina y la “Capital Mundial del Amor”. En cuanto al año 2015, se trató del tiempo de consolidación de Macri como el candidato a presidente portador de la posibilidad de cambio, capaz de reparar “la grieta” que dividía al país. Luego se dio seguimiento al tema durante todo el proceso de investigación (2015-2020). Considerando al filósofo francés Michel Foucault, frente a estos acontecimientos discursivos, se indagó acerca de cómo es que han aparecido tales enunciados y ningún otro en su lugar, asumiendo su ligazón con las situaciones que los provocan, las consecuencias que incitan, los enunciados que los preceden y los que les siguen (Foucault, 2005 [1969], pp. 44-46). Se trata de asumir el desafío de buscar y describir relaciones entre enunciados y acontecimientos de orden diverso (político, social, económico, cultural, espiritual).

²⁶ Se puso la mirada en prácticas culturales y formas de participación e interacción social a partir de los diversos retos de meditación de 21 días de Deepak Chopra (véase deepakchoprameditacion.es), las propuestas de prácticas, talleres, libros, viajes y membresía *online* en el sitio dafneschilling.com, y las publicaciones y transmisiones en vivo de la cuenta de Instagram @modoespiritual.

La diversidad de estrategias de recolección de información se enmarca en la concepción que sostiene que la investigación cualitativa puede ser vista como un bricolaje en la que el/la investigador/a despliega múltiples métodos, materiales empíricos y perspectivas (Jones *et al.*, 2004).

Por último, es fundamental hacer referencia en este apartado al conjunto de prescripciones de prudencia y propuestas metodológicas en relación con una historia de las ideas y de las formas de cultura que ofrece Foucault. Se trata de influencias presentes en cada etapa del desarrollo de este trabajo. De entrada, se asume el neoliberalismo como una forma de cultura cuyo análisis puede presentar múltiples niveles, más allá de la historia de los sucesivos gobiernos y los conflictos más encendidos o rupturistas. De ahí la necesidad de distinguir no solo acontecimientos emblemáticos (plausibles de ordenar en una larga cadena de consecuencias), sino acontecimientos de distintos niveles y duraciones, unos breves, otros de mediana duración y otros de marcha lenta, que se yuxtaponen sin que se los pueda reducir a un esquema lineal (Foucault, 2005 [1969], p. 12). Las discontinuidades, la no linealidad (otrora estigma a suprimir), pasan a ser una operación deliberada y un aporte para el análisis. Hacer foco en un grupo de ideas y prácticas que circulan masivamente entre los sectores urbanos identificados con las clases medias pone de relieve la formación de las sujeciones, permitiendo problematizar una síntesis y sacudir la quietud con la cual se la acepta (p. 41). El trabajo con un corpus de materiales y acontecimientos discursivos diversos, como fotografías, meditaciones, folletería/*flyers*, enunciados de figuras de la política, programas de eventos culturales, etc., tiene como horizonte la búsqueda de las unidades que de todos ellos se forman. Lo que no quiere decir arribar a la identificación o el reconocimiento de una mentalidad/espíritu de época como síntesis sellada, pero sí marcar las regularidades en formulaciones dispersas, de niveles diferentes y de funciones heterogéneas.

Capítulo 1. El *boom* de una nueva espiritualidad en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. ¿Cómo se explica? ¿A qué necesidades y búsquedas responde?

Este capítulo se propone trazar las líneas explicativas que contribuyen a comprender la masividad que han adquirido las prácticas y los discursos espirituales asociados al yoga y la meditación en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA). Cada una podría ser concebida como un cauce para reflexionar en torno a las dinámicas sociales urbanas del capitalismo tardío y su impacto en el nivel subjetivo.

El yoga (en sánscrito “unión”) es una disciplina física y mental originada en la India, que combina posturas corporales (*asanas*) y ejercicios de respiración o meditación (*pranayamas*).¹ Desde el ámbito de las investigaciones médicas, se ha comprobado que esta práctica puede resultar efectiva para mejorar la salud tanto en personas sanas como enfermas. Además, actualmente se desarrollan estudios para examinar y distinguir los beneficios de los diversos tipos de yoga (Ross y Thomas, 2010). Más allá de la legitimación científica de sus efectos positivos, se debe reconocer que muchas disciplinas legendarias occidentales, como el esgrima, u orientales como el taio (gimnasia para las articulaciones), shiatsu (digitopuntura), tai chi (arte marcial desarrollado en China), se han mantenido como prácticas de nicho, a pesar de sus comprobados beneficios para la salud. Por eso cabe el interrogante acerca de los motivos por los cuales el yoga se ha vuelto una práctica tan extendida en ciudades globales² como CABA.

¹ Aunque es difícil precisar el momento histórico en que apareció el yoga, existen pruebas arqueológicas de esta práctica que datan aproximadamente del año 3000 a. C. Se trata de sellos de piedra que muestran figuras en posturas yóguicas y de meditación que serían obra de la civilización que prosperó en el valle del Indo hace más de 5.000 años. Tradicionalmente, se considera que estas técnicas fueron reveladas a los grandes sabios durante estados profundos de meditación. Sin embargo, otras corrientes plantean que el verdadero origen del yoga está en la colección de escrituras que constituyen los Vedas —los cuatro textos más antiguos de la literatura india, base de la religión védica, que se remontan al año 1500 a. C.—, puesto que allí se encuentran las primeras referencias escritas a la práctica del yoga como ciencia de vida. Patanjali, quien se cree que vivió en el siglo III a. C., es reconocido como el compilador de las enseñanzas del yoga, en los textos conocidos como *Yoga-Sutra*.

² El concepto de la geografía urbana “ciudad global” ha sido promovido por el Departamento de Geografía de la Universidad de Loughborough (Reino Unido). El término se le atribuye a la socióloga Saskia Sassen, autora de *La ciudad global*, publicado en 1991 en donde se consideran Nueva York, Londres y Tokio. Si bien la forma de calificar si una ciudad es o no global ha sido objeto de discusión, el concepto logra reunir ciudades que cumplen con características que resultan de la globalización y el constante crecimiento de la urbanización. Son ciudades

¿Cómo puede explicarse este fenómeno? ¿A qué necesidades y búsquedas responde? ¿Cuáles son los sentidos que aquellos/as que se acercan al yoga le otorgan a su práctica?

El yoga forma parte de las prácticas del hinduismo,³ el budismo⁴ y el jainismo⁵ otrora circunscriptos a Oriente. Si bien gurús procedentes de la India introdujeron el yoga y la meditación trascendental en Occidente desde finales del siglo XIX, estos se popularizan durante las décadas de 1960 y 1970 como parte de la cultura *beatnik*, apuntalada a partir del viaje espiritual de The Beatles a la ciudad india de Rishikesh.

El estereotipo místico del Oriente, tal como lo emplea la contracultura de los años sesenta y su movimiento sucesor, la Nueva Era, fue el resultado de un posicionamiento crítico para con la propia cultura y sociedad, y la identificación con ideas que representan el opuesto absoluto del objeto de rechazo (Grace Diem y Lewis, 1992, pp. 57-58). Durante los años setenta, el complejo alternativo del cual forman parte el yoga, la meditación trascendental y la bioenergética —entre otras disciplinas— se extiende en Estados Unidos desde California hasta Nueva York, y entre sus integrantes se cuentan muchos de los exactivistas de los movimientos estudiantiles y la nueva izquierda (Carozzi, 1999, p. 24).⁶

influyentes en términos culturales, con efectos directos y tangibles en los asuntos mundiales que sobrepasan la dimensión económica. Un selectivo primer recorte que circunscribió este concepto a un grupo reducido de ciudades resultó ampliado por usos del concepto que alentaron la inclusión de otras como París, Madrid, Barcelona, Shanghái, Hong Kong, Ciudad de México, San Paulo, Pekín, Los Ángeles, Río de Janeiro, Buenos Aires, entre otras.

³ El hinduismo es una religión ampliamente practicada en el sur de Asia. Se la considera una fusión o síntesis de varias culturas y tradiciones indias, con diversas raíces y sin ningún fundador. Este sincretismo hinduista comenzó a desarrollarse entre los años 500 y 300 a. C siguiendo las pautas de la religión védica (que existió entre 1500 y 700 a. C.).

⁴ El budismo es una doctrina filosófica y espiritual no teísta derivada del brahmanismo, religión de transición entre la religión védica y la religión hinduista. Comprende una variedad de tradiciones, creencias religiosas y prácticas espirituales principalmente atribuibles a Siddharta Gautama (El Buda).

⁵ El jainismo es otra religión de la India que tuvo su origen en la predicación de Vardhamana (siglo VI a. C.). Pregona una vía salvadora filosófica no centrada en el culto de ningún dios. Su práctica es la de realizar esfuerzos para encaminar al alma-conciencia hacia un estado de liberación. Aquel ser que vence a sus enemigos interiores y alcanza el estado superior pasa a ser denominado “vencedor” o “conquistador” (yaina). El estado más elevado se conoce como siddha.

⁶ Algunos hitos en este proceso que repone Carozzi (1999) son: la publicación del primer periódico estadounidense dedicado a tópicos de la Nueva Era: el *East-West Journal* y la publicación del libro de Baba Ram Dass (antes Richard Alpert) *Be here now* en 1971; el primer directorio de la Nueva Era y la primera edición de *Spiritual Community Guide*, en 1972, que incluían centros de religiones ocultas, orientales y místicas, negocios de comida saludable, librerías metafísicas, maestros/as de yoga, organizaciones de investigación parapsicológica, centros de terapias alternativas.

A partir de la década de 1980, el yoga comienza a extenderse como forma de ejercicio físico, lo que da lugar a un desarrollo progresivo y que cuarenta años más tarde hace de los centros de yoga espacios conocidos y cotidianos del trazado urbano occidental,⁷ con un abanico de variantes como el hatha yoga, el ashtanga yoga, el kundalini yoga, el yoga iyengar o el bikram yoga.

Mallimaci y Giménez Béliveau (2007) consideran que en Argentina el retorno de la democracia contribuyó a la fragmentación del monopolio católico y al debilitamiento del papel regulador de las instituciones tradicionales, favoreciendo la proliferación de alternativas religiosas y de una espiritualidad autoconstruida individualmente. El ingreso de la Nueva Era a la ciudad estuvo liderado por escasos referentes con vinculaciones internacionales que generalmente habían tenido experiencias formativas en algún lugar de Europa o Estados Unidos. La difusión del yoga en CABA, de crecimiento continuo en los últimos treinta años (Carrone y Funes, 2013), resultó marcada por la fundación Indra Devi, que abrió su primer estudio de yoga en 1987 y en la actualidad cuenta con su sede central (y original) en Barrio Norte y otras cuatro en los barrios porteños de Belgrano, Palermo y Caballito y en Acassuso (zona norte del Gran Buenos Aires). Impulsados por Indra Devi, en 1987, 1988, 1989 y 1990 se realizaron los primeros congresos argentinos de yoga. La difusión de estas actividades se realizaba por correo postal, si bien la presencia de Indra Devi en la televisión argentina hacía su parte. Fueron los años en que comenzaron a publicarse primero la revista *Mutantia* y luego *Uno mismo*, en las que se desplegaba una cultura del bienestar que tenía su público de nicho. Allí el acotado gentío interesado encontraba información sobre yoga, reiki, masajes o astrología. A partir de la demanda de practicantes de yoga en Indra Devi que se acercaban a Barrio Norte desde otras zonas, los institutos se fueron desparramando por determinadas zonas de la ciudad marcadamente habitadas por las clases medias-altas: en 1992 en Belgrano, en 1994 en Palermo,

⁷ A modo de información adicional o referencia internacional, cabe indicar que un estudio de 2016 titulado “Yoga in America” reportó que en Estados Unidos había por entonces alrededor de 20,4 millones de practicantes de yoga (aproximadamente el 8% de la población). Además señaló que el 44% de quienes no practicaban yoga manifestaban estar interesados en comenzar a hacerlo. Esta investigación se repitió en 2016 y por entonces el número de practicantes ascendía a 36,7 millones, lo que implica un crecimiento de 16 puntos porcentuales en cuatro años (Ipsos Public Affairs, 2016). Según este estudio, hacia 2016 el 72% del total de practicantes estadounidenses eran mujeres (https://www.yogaalliance.org/Portals/0/YA_Infographic_FINAL.pdf). Cabe resaltar que se trata de un país con un 82,2% de población urbana (<https://datos.bancomundial.org/indicador/SP.URB.TOTL.IN.ZS?locations=US>).

en 1996 en Caballito, en 1998 en Acassuso y en 1999 en Colegiales (sede que cerró en 2015). Hasta el año 2000, el crecimiento de esta fundación fue constante. Luego se registra un detenimiento en el ritmo de crecimiento atribuible a la crisis de los años 2001/2002 y a la cantidad de instructores/as de yoga formados/as en Indra Devi que comenzaron a abrir sus propios espacios, contando además con nuevas herramientas de publicidad y difusión provistas por las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Mientras que en 1987 se daban dos clases por día de las que participaban entre cincuenta y sesenta personas en total, hacia el año 2000, con seis estudios en funcionamiento, la fundación ofrecía alrededor de cincuenta clases por día y contaba con aproximadamente 3.200 practicantes. En 2019, la matrícula de la fundación Indra Devi rondaba los/as 1.400 practicantes, habiendo sido el semillero para un paisaje urbano cada vez más plagado de institutos e instructores/as de yoga, factor que permitió multiplicar la cantidad de practicantes de yoga en toda la ciudad. Un artículo periodístico publicado de 2007 afirma que, según institutos, escuelas y maestros/as, entre 2005 y 2007 se duplicó la cantidad de gente que practica yoga en CABA (“Se duplicó la cantidad de gente que practica yoga en la Ciudad”, 2 de septiembre de 2007). Como corolario de esta conquista, en 2014 las Naciones Unidas declararon el 21 de junio como Día Internacional del Yoga, con vistas a difundir en el mundo entero los beneficios de esta práctica.⁸ Tras este reconocimiento, en el año 2020 durante la pandemia por COVID-19 y el mismo día que comenzaba el aislamiento social preventivo y obligatorio (ASPO) en Argentina, la Organización Mundial de la Salud (OMS) destacaba a través de su cuenta oficial en Twitter la práctica de yoga como buena alternativa durante el confinamiento.⁹ Durante toda la pandemia, las Naciones Unidas insistió con la promoción del yoga como herramienta útil para lidiar con el estrés y la incertidumbre, así como para mantener el bienestar físico tanto de los/as adultos/as como de los/as niños/as reclusos/as en sus hogares.¹⁰

⁸ Resolución aprobada por la Asamblea General el 11 de diciembre de 2014. Día Internacional del Yoga <https://undocs.org/es/A/RES/69/131>.

⁹ “If your local or national guidelines allow it, go outside for a walk, a run or a ride & keep a safe distance from others. If you can’t leave the house, find an exercise video online, dance to music, do some yoga, or walk up and down the stairs”.

¹⁰ “Yoga para la salud, ahora en casa: como consecuencia de las medidas de distanciamiento social adoptadas por los países para luchar contra la pandemia de COVID-19, muchos estudios de yoga y espacios comunitarios han tenido que cerrar sus puertas, por lo que los aficionados al yoga han tenido que recurrir a la práctica casera y a

En el marco de la presente tesis, se pone la lupa en la circulación del yoga como práctica que se incorpora masivamente a los estilos de vida urbanos contemporáneos, independizada de la creencia o la confianza en que la humanidad se halla en los inicios de una Nueva Era. El escenario en el que tiene lugar este fenómeno de masificación presenta indistinguibles —o al menos, muchos más conectados— a la burguesía y a la bohemia.¹¹ Como advierte Brooks (2000), estas categorías se encontraban claramente diferenciadas durante las décadas de 1960, 1970 y 1980, cuando los/as artistas e intelectuales enarbolaban valores *antiestablishment* en tanto los *yuppies* (“young urban professionals”) encarnaban la integración al sistema capitalista. En el marco de la era de la información, la población urbana de alto nivel educativo puede mantener un pie en el mundo de la creatividad y el otro en el mundo de la ambición y el éxito, sosteniendo una cultura híbrida.

La explicación más difundida acerca de la popularidad del yoga en las grandes ciudades —y una de las más presentes en los discursos de los/as practicantes e instructores/as— destaca la necesidad de combatir el estrés y poner un freno a un ritmo vertiginoso. La invitación a religar cuerpo, mente y espíritu resulta pertinente ante un orden social alienante que ha tendido, durante mucho tiempo, a distanciar a las personas de sensaciones, sentimientos y emociones. Contrariamente, es escasa la potencia que logra el supuesto de que conectar con uno/a mismo/a (desligando la idea de conexión del acceso a Internet) se torna un recurso estratégico para salir de la dispersión total de la infinita red digital. La poca circulación de esta idea entre practicantes e instructores/as no debe llevar a su descarte, puesto que es interesante reconocer

cursos de yoga en línea. El yoga es una herramienta muy útil para lidiar con el estrés de la incertidumbre y el aislamiento, así como para mantener el bienestar físico. Las Naciones Unidas ofrecen recursos de yoga a su personal y a todo el que esté interesado en la sección de Bienestar del portal de Coronavirus. La Organización Mundial de la Salud recomienda el yoga como un medio para mejorar la salud en su Plan de Acción Mundial sobre Actividad Física 2018-2030: más personas activas para un mundo más sano.

”Con las escuelas cerradas y las actividades de las vacaciones de verano canceladas, los padres tienen dificultades para mantener a sus hijos físicamente activos. El yoga puede ser la solución. UNICEF afirma que los niños y niñas pueden practicar cualquier postura de yoga sin correr ningún riesgo y obtener los mismos beneficios que un adulto. Entre estos beneficios se incluyen una mayor flexibilidad y un mejor estado físico, así como una mayor capacidad de atención y relajación.” (<https://www.un.org/es/observances/yoga-day>.)

¹¹ En *Bobos in paradise. The new upper class and how they got there*, David Brooks (2000) pone la mirada en la figura del burgués bohemio. Utiliza la contracción *bo-bo* (*bourgeois bohemian*) como una clasificación sociológica informal que describe a los miembros de un grupo social ascendente en la era de las nuevas tecnologías, caracterizado por su pertenencia funcional al capitalismo (empresarios/as y empleados/as de grandes compañías) junto con sus valores “bohemios” o contraculturales.

en la clase de yoga uno de los pocos momentos de la jornada en que se toma distancia de los dispositivos móviles y se pone una pausa a los incesantes estímulos de las redes sociales. Es posible pensar que el posicionamiento crítico frente a una ciudad que resulta percibida como escenario tóxico se encuentra, en nuestros días, mucho más extendido que la actitud reflexiva con respecto al uso de las redes sociales y el actual acoplamiento entre cuerpo y teléfono celular en la población urbana.

La apertura a la meditación como técnica para experimentar y aceptar la realidad tal como es, sin ansiar otra cosa, interpela al mismo sector social que adquiere conocimiento, acumula posesiones y tiene posibilidades para concretar lo que se propone pero no se siente feliz, porque siempre está deseando más. Como se verá, esta apertura no se manifiesta con el rigor de la premisa de “no desear para liberarse de todo sufrimiento” que predicó Siddharta Gautama (El Buda) hacia el año 500 a. C.¹² Buda sí está presente en muchos hogares de CABA como objeto decorativo, velador o pisa papeles, los hay de distintos tamaños, materiales y colores, pero la extensión de su imagen no es de ningún modo expresión de la adopción de su prédica. En su circulación en clases de yoga y/o meditación que se desarrollan en el ámbito urbano, las ideas de “acceptar las cosas como son” o “registrar sin comprometerse” pueden

¹² “Según la tradición budista, Gautama era el heredero de un pequeño reino del Himalaya hacia el año 500 a. C. El joven príncipe estaba profundamente afectado por el sufrimiento que veía a su alrededor (no solo por calamidades ocasionales, como la guerra o la peste, sino también por la ansiedad, la frustración y el descontento, los cuales parecen ser parte de la condición humana). A los veintinueve años, Gautama huyó de su palacio dejando atrás familia y posesiones. Viajó por todo el norte de la India buscando una manera de escapar del sufrimiento. Pero nada lo liberó por completo hasta que decidió investigar el sufrimiento y comprendió que este no está causado por la mala suerte, la injusticia social o los caprichos divinos, sino por la propia mente. La intuición de Gautama fue que, con independencia de lo que la mente experimenta, por lo general reacciona con deseos, y estos siempre implican insatisfacción. Cuando la mente experimenta algo desagradable, anhela liberarse de la irritación. Cuando la mente experimenta algo placentero, desea que el placer perdure y se intensifique. Gautama descubrió que había una manera de salir de este círculo vicioso. Si cuando la mente experimenta algo placentero o desagradable, comprende simplemente que las cosas son como son, entonces no hay sufrimiento. Si uno experimenta tristeza sin desear que la tristeza desaparezca, continúa sintiendo tristeza, pero no sufre por ello. Si uno experimenta alegría sin desear que la alegría perdure y se intensifique, continúa sintiendo alegría sin perder su paz de espíritu. Gautama desarrolló un conjunto de técnicas de meditación que entrenan la mente para experimentar la realidad tal como es, sin ansiar otra cosa. Dichas prácticas entrenan la mente para centrar toda la atención en la pregunta ‘¿Qué es lo que estoy experimentando ahora?’ en lugar de ‘¿Qué desearía estar experimentando?’. Cuando las llamas del deseo se extinguen emerge un estado de satisfacción y serenidad, conocido como nirvana (cuyo significado literal es ‘extinguir el fuego’). Según la tradición budista, Gautama alcanzó el nirvana y se liberó totalmente del sufrimiento. Resumió sus enseñanzas en una única ley: el sufrimiento surge del deseo; la única manera de liberarse completamente del sufrimiento es liberarse completamente del deseo; y la única manera de liberarse del deseo es educar la mente para experimentar la realidad tal como es.” (Harari, 2018, pp. 250-252).

colaborar más con el despojo de la responsabilidad de transformación social que con la renuncia al deseo personal e individual.



Buda velador de silicona

El primer interrogante que debe responderse es acerca de quiénes son los/as que se acercan al yoga y adoptan esta práctica como actividad regular en sus cronogramas semanales. A partir de las representaciones más regulares entre los/as entrevistados/as acerca del perfil más extendido del/de la practicante y de los datos relevados en la encuesta realizada vía redes sociales a 195 practicantes de yoga, se combinan elementos subjetivos y objetivos para delinear algunos rasgos centrales de los/as practicantes de yoga en la ciudad. En primer lugar, resulta rotunda la mayoría de mujeres. El panorama que se esboza a partir de las declaraciones de los/as instructores/as y practicantes entrevistados/as plantea que entre el 70% y el 75% de los/as practicantes son mujeres, aunque este porcentaje pueda ser menor en algunos tipos de yoga que hacen hincapié en el entrenamiento físico y el desarrollo de fuerza, se haya ido alejando paulatinamente del 100% desde los años noventa y continúe siendo más alto en los instructorados o instancias de formación.¹³

¹³ Entre todas las disciplinas y prácticas en las que se indagó, yoga, meditación, terapia bioenergética, eutonía y ceremonias de ayahuasca, la última es la que presenta el escenario más equitativo en términos de distribución entre hombres y mujeres (considerando las respuestas de los/as instructores/as de cada una de ellas al ser consultados/as sobre cómo evalúan que se distribuyen los/as practicantes en términos de identidad de género).

Por su parte, la encuesta mostró una distribución de los/as practicantes en un 78,9% de mujeres y un 21,1% de hombres. Es interesante observar que esta distribución no varía si se pone la lupa en cada una de las dos franjas etarias predominantes, de 28 a 40 años y de 41 a 60 años, que en conjunto concentran el 80,4% de los casos. Esto permite poner en duda que entre los/as adultos/as más jóvenes el yoga esté dejando de ser una actividad fundamentalmente de mujeres. Se robustece la idea de que, independientemente de la edad, la mayor presencia de hombres y el acortamiento de la brecha por género tendrán lugar en las prácticas más exigentes en términos físicos, con menor interpelación y explícita alusión a los procesos femeninos.

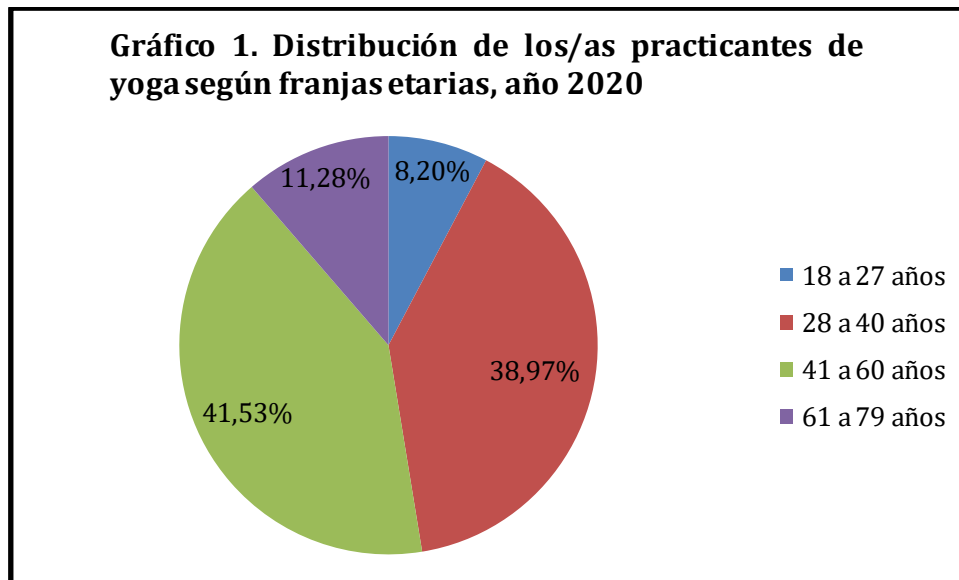
¿Por qué resulta tan categórica la mayoría de mujeres? Muchas se acercan al yoga aceptando la necesidad de un espacio sanador, de refugio y sostén ante múltiples frentes de exigencia. Apuestan a su desarrollo profesional, se encuentran insertas en el mercado laboral, pero además se hacen cargo de tareas domésticas y de cuidado, así como de cuestiones médicas y escolares de sus hijos/as, si es que son madres:

En otros tiempos la mujer no trabajaba tanto afuera. Entonces, había una cuestión como más relajada, ¿no? Ahora tiene que trabajar, ocuparse de los chicos, ocuparse de la casa, estar hermosa, no envejecer. (Instructora de yoga, eutonía y bioenergética, 67 años.)

En mis clases, la mayoría es de veinticinco a treinta y cinco, treinta y siete. La mayoría son mujeres muy independientes, emprendedoras, profesionales, pero todas trabajadoras, la mayoría minas fuertes, digamos, con ímpetu de descubrimiento. (Instructora de yoga, 29 años.)

En cuanto a la franja etaria predominante entre los/as practicantes, los/as entrevistados/as recalcan la presencia de personas de edades bien diversas, desde los 17 hasta los 70 años, aunque es la franja que va de los 25 a los 40 (“25 a 37”, “27 a 40”, “de 25 a 40 y pico”, “la franja entre 30 y 40”) la que se encuentra más presente, lo que coincide con una etapa de desarrollo profesional y conformación familiar. Cabe señalar que la escasa presencia de adolescentes resultó destacada por varios/as de los/as entrevistados/as.

En la encuesta resultaron igualmente predominantes los/as practicantes pertenecientes a las franjas de 28 a 40 años (el 38,9% de los casos) y de 41 a 60 años (el 41,5% de los casos). El 11,3% de los/as encuestados/as tiene entre 61 y 79 años y el 8,2% se ubica entre los 18 y los 27 años. No se registraron casos de menores de 18 ni de mayores de 79 años.



Entre los/as practicantes de yoga en la ciudad, la presencia de profesionales tiene una mayor representación que en el conjunto de la sociedad porteña, lo que alimenta la idea de una práctica adoptada por sectores identificados con las clases medias profesionales, provistos de recursos económicos para sostenerla y de conocimientos que estimulan la necesidad de un espacio propio tras la jornada laboral; con capacidad de autoexplorarse, de indagar en sus estados y necesidades emocionales, y de reaccionar frente a estos, de dar espacio al deseo y a las ganas.

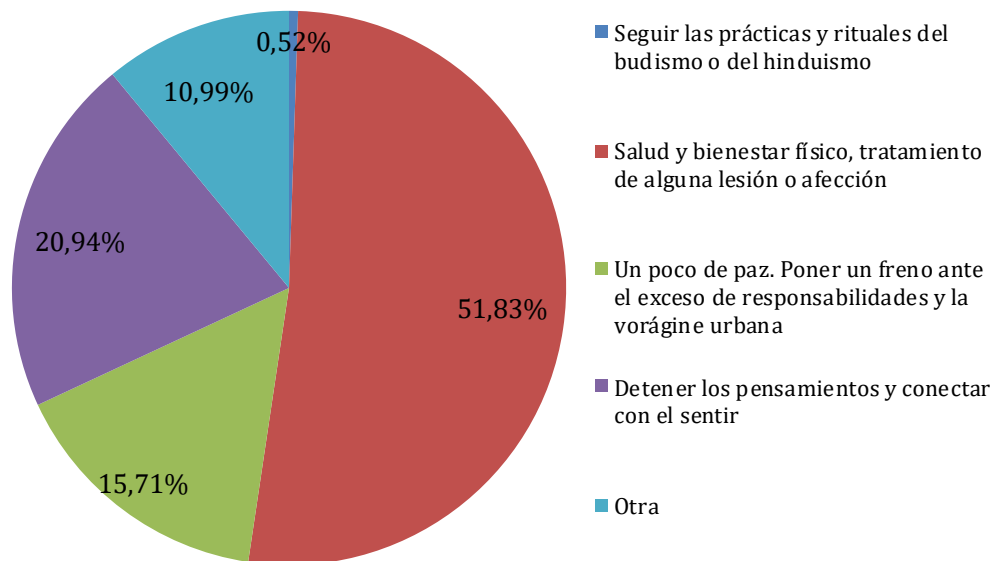
La encuesta realizada complementa las representaciones relevadas en lo concerniente al nivel educativo alcanzado al delinear con claridad el perfil profesional del/de la practicante. El 76,3% de los/as practicantes encuestados/as cuenta con nivel superior completo, induso un 30,4% del total de encuestados/as completó estudios de posgrado. Si se recorta la muestra excluyendo a los menores de 28 años (es decir, aquellos/as que se ubicaron en la franja que va de los 18 a los 27 años), el porcentaje de practicantes con

estudios superiores completos asciende al 91%.¹⁴ Estos datos contrastan significativamente con lo que sucede al poner la mirada sobre el conjunto de la población de CABA. Según datos de la Dirección General de Estadística y Censos, entre la población porteña mayor de 25 años, cerca del 22% tiene estudios universitarios completos. Si se tienen en cuenta los estudios terciarios, en CABA 36 de cada 100 mayores de 25 años cuentan con alguna titulación superior completa (Dirección General de Estadística y Censos, 2014, p. 15). En relación con este punto, el español Joaquín P. López Novo (2012) —dedicado en los últimos años a indagar sobre la expansión del yo y la cultura de la transformación personal— vincula el acceso a la educación superior con la apertura de procesos de transformación a escala subjetiva: “La elevación del nivel educativo dota a los individuos de recursos cognitivos y de autoconfianza para desarrollar su propia búsqueda personal con una actitud de auto-experimentación y de aprendizaje de la experiencia” (p. 86). Solo aquellos/as que cuentan con las oportunidades sociales para la realización de sus deseos pueden dar lugar a la “expansión del yo”: “Crecimiento del territorio del yo, o del espacio psico-existencial sobre el que el yo interviene al realizar sus proyectos vitales” (p. 87).

Por otro lado, con relación a los motivos por los cuales las personas se acercan al yoga, regularmente los/as entrevistados/as aludieron a la relevancia que tiene el acercamiento terapéutico a la práctica, como tratamiento para alguna lesión o dolor específico o como complemento en un tratamiento determinado (posquirúrgico, oncológico, psiquiátrico), que luego —en muchos casos— puede estimular el despliegue de un camino que trasciende esta motivación inicial y favorece la adopción de nuevos hábitos, actitudes y formas de vida. Esta idea pudo constatarse en la encuesta realizada, en la que más de la mitad de los/as practicantes (el 51,8%) declaró que la razón principal por la que hace o hizo yoga como actividad regular es “la salud y el bienestar físico, el tratamiento de alguna lesión o afección”.

¹⁴ El perfil educativo se condice con aquel que identificaba Carozzi (1999) al poner la mirada sobre el movimiento Nueva Era que desde los años sesenta interpeló a clases medias urbanas de Occidente, particularmente en los sectores con un alto nivel de educación formal.

Gráfico 2. Distribución de los/as practicantes de yoga según razón principal de la actividad, año 2020



A su vez, la idea de que quienes se acercan a practicar yoga “quieren ser felices”, “sentir la alegría de estar vivo”, “encontrar el equilibrio/la paz/la armonía”, “tener una vida mejor” estuvo presente entre practicantes e instructores/as entrevistados/as. Se reconoce la ciudad como un entorno vertiginoso, hostil y estresante, pero también como un escenario “jugoso” que posibilita una gran variedad de experiencias. El yoga contribuye a la consolidación de una barrera imaginaria entre lo que se quiere y lo que no del entorno urbano; ofrece un refugio para conectar con el sentir, frenar un poco la cabeza y escucharse a uno/a mismo/a; resulta valorado como un momento de silenciamiento, para tratar de escuchar el corazón, aquietar el barullo mental y del ambiente.

Más información que complementa y enriquece las representaciones y los datos relevados acerca de los/as practicantes de yoga —aunque se desplaza del plano porteño al plano nacional— se encuentra en la Segunda Encuesta Nacional sobre Creencias y Actitudes Religiosas en Argentina (Mallimaci *et al.*, 2019).¹⁵ Allí se registra la práctica de yoga y meditación trascendental en alrededor de 10 de cada 100 personas, lo que se eleva a 20 si se

¹⁵ Se trató de una encuesta probabilística de 2.421 casos que tuvo como universo de estudio la población de la República Argentina de 18 años o más, residente en localidades o aglomerados urbanos con, al menos, 5.000 habitantes según el Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas del año 2010.

toma el grupo de los/as sin religión (grupo que crece a medida que aumenta el nivel educativo), y se reduce a 5 de cada 100, si se toma el grupo de los evangélicos (predominantes entre quienes tienen niveles educativos más bajos). El hecho de que el yoga y la meditación sean incluidos como prácticas religiosas es lo que permite obtener estos datos sumamente interesantes para el presente estudio. Al mismo tiempo, circunscribir estas prácticas al plano religioso impide captar su modo de circulación e incorporación como parte de un estilo de vida que prolifera entre modos de ser y habitar en los que se yuxtaponen al menos tres dinámicas: el ambiente urbano, una matriz comunicacional de sensaciones y estímulos permanentes y la exigencia de una adaptación exitosa a la incertidumbre y el cortoplacismo imperantes.

El cultivo de estilos de vida maleables

El estilo de vida pudo tener más que ver con cuestiones colectivas o de clase durante el capitalismo del siglo XX, pero llega hasta nuestros días como un fuerte marcador de identidad individual.¹⁶ La teoría social contemporánea aporta diversos conceptos que resultan enriquecedores para comprender modos de ser y habitar la ciudad menos signados por la pertenencia a una clase social y más vinculados con la búsqueda de personalización y autenticidad. Para pensar hoy la relación entre estratificación social y participación cultural,¹⁷ resulta necesario tomar como punto de partida los conceptos contruidos por Bourdieu y enriquecerlos considerando aportes teóricos posteriores, algunos de cuño latinoamericano. Ligándolo estrechamente con el nivel de instrucción y el origen social, Bourdieu (2003 [1984]) presenta el consumo cultural como un acto de desciframiento, de decodificación. La decoración de una casa, los objetos que se escogen y el modo en que se los dispone, la manera de vestir y

¹⁶ Pierre Rosanvallon señala que las sociedades denominadas de clases medias se caracterizan por modos de diferenciación cada vez menos colectivos y más individualizados (Rosanvallon, citado en Boltanski y Chiapello, 2002, p. 405).

¹⁷ Boltanski y Chiapello (2002) sugieren que pensar esta relación en las sociedades contemporáneas implica deconstruir los colectivos y las categorías estadísticas utilizadas para dar cuenta de la estructura social hasta mediados de la década de 1970, para reconocer una enorme multiplicidad de situaciones singulares y de formas de jerarquización entre los asalariados difícilmente unificables en una imagen de conjunto (pp. 415, 424-425).

gestionar la propia imagen, los gustos en materia de cine, teatro o música, el modo de usar el tiempo libre, la alimentación (lo que se come y lo que se bebe, pero también las costumbres y los rituales que rodean esta necesidad vital) resultan determinados por los esquemas de percepción en tanto se despliegan también como esquemas de acción.

La teoría de la homología entre clase social y gusto resulta continuamente retomada y enriquecida desde la sociología contemporánea. En la introducción a *La trama social de las prácticas culturales. Sociedad y subjetividad en el consumo cultural de los chilenos*, Pedro Güell y Tomás Peters (2012) presentan lo que puede considerarse una actualización de la propuesta bourdiana. Se parte de asumir que los objetos, las comunicaciones y las relaciones simbólicamente mediadas siempre han estado desigualmente distribuidos y regulados por reglas sociales de inclusión/exclusión. Sin embargo, los autores reconocen que en nuestros días, si bien los criterios estamentales en la circulación de los bienes culturales no han desaparecido, están debilitados y se dibujan nuevas líneas de diferenciación. La división del mundo simbólico en dos grandes campos (alta cultura y baja cultura o cultura popular y cultura selecta) deja lugar a una mayor horizontalidad entre los universos simbólicos. Los individuos se enfrentan a gran cantidad de símbolos objetivados, disponibles para un juego de libre combinación. En el devenir del capitalismo de masas a la globalización informacional, la cultura pasó de ser un campo organizado de relatos a ser un sistema abstracto de reglas de combinación de “bienes-signo” relativamente descontextualizados de sus ambientes originales de producción y uso. Güell y Peters reconocen que, aun cuando los objetos culturales cambiaron radicalmente en términos de su modo de producción y de circulación, continúan siendo vehículos de formación de identidad. La gran diferencia con respecto a lo que sucedía a mediados de siglo XX es su autonomización respecto de los contextos sociales de origen y su liberación para ser usados por los individuos en un juego de combinaciones mediante el cual construyen sus identidades. Así es que los bienes culturales ya no funcionan tanto como vehículo de las pertenencias, sino cada vez más como medio para las autoafirmaciones individuales. El contexto está marcado por el ascenso de las sociedades de afirmación individual fuerte (compuestas por individuos que construyen sus identidades mediante combinaciones libres de objetos simbólicos), cuyo horizonte es la democracia cultural (presente como posibilidad en tanto se debilitan los

determinismos estamentales más rígidos). En el primer capítulo de la compilación, “Individuación y consumo cultural: las afinidades electivas”, Güell, Peters y Morales (2012) desarrollan con rigurosidad la noción de *individuación estructurada*. Los autores se interrogan no solo por la correlación entre factores sociales objetivos —como estratificación y consumo cultural—, sino también por su vínculo —y aquí entra en acción el concepto weberiano de *afinidades electivas*— con factores sociales subjetivos, como la individuación. Se parte del reconocimiento de dos tradiciones en la investigación sobre la relación entre los individuos y la estructura social en el campo de la producción y el consumo de bienes culturales, una con énfasis en el individuo y otra con énfasis en la estructura. La perspectiva del individuo se interroga por las posibilidades de libertad y creatividad del individuo, en el contexto de asociaciones que se dan a través de medios simbólicos masificados. La perspectiva de la estructura busca comprender las fuerzas estructurales de la sociedad que explican las formas particulares del consumo de bienes culturales por parte de los individuos.¹⁸ Se debe entender la unidad del fenómeno que vincula la estructura de la sociedad con la subjetividad a través de estos bienes. Así cobra pertinencia la noción de individuación, entendida como el modo de comportamiento que se construye a partir de elecciones personales acerca del tipo de vida deseable y de los medios para realizarla. El individuo es portador de cierta capacidad de autodeterminación y considera a los referentes, valores y autoridades tradicionales de la sociedad como orientaciones que deben someterse a reflexión, evaluación y elección personal, y no como simples obligaciones impuestas desde el exterior. Suele confundirse individualización o individualismo con individuación, y se señala que este último despegó a las personas de toda

¹⁸ El desarrollo de ambas tradiciones ha dado lugar a dos campos de investigación social escasamente relacionados entre sí: el primero está constituido por los estudios culturales herederos de la teoría crítica, que privilegian la pregunta por el rol que la participación en los bienes simbólicos tiene sobre la construcción de las diferencias sociales o de las biografías individuales. La reflexión original problematiza la cuestión de la libertad individual en el capitalismo de masas. El interrogante del cual se parte tiene que ver con las posibilidades de los individuos y los grupos para expresar sus identidades particulares. En el ejercicio de esta mirada, con la constatación de que la industria cultural de masas no conducía a la homogeneización, se fue diluyendo la pregunta original acerca del efecto de la estructura social en el nivel subjetivo. El segundo campo, más reciente, hace foco en las formas de acceso de individuos y grupos sociales a los bienes culturales provistos por el Estado o el mercado. La indagación se centra en los determinantes sociales que explican las diferencias en el acceso a los bienes culturales por parte de los diversos sectores sociales. Acá el desafío está orientado a determinar los principios de estratificación que rigen los consumos culturales. Son estudios de corte estadístico que establecen correlaciones entre frecuencias de consumos de bienes y distintas categorías de estratificación de los individuos, más allá del significado específico de los bienes culturales así como de las consecuencias subjetivas de su uso (Güell y Peters, 2012).

referencia social y las lleva a perseguir únicamente sus intereses egoístas. Las personas solo pueden tener un modo individuado de comportamiento al interior de sociedades organizadas a la medida de los individuos. La individualización es el proceso mediante el cual la sociedad se organiza institucional y culturalmente como sociedad de individuos, y la individuación puede entenderse como el modo de comportamiento y de conciencia personal que se apoya en ese marco social. La individualización puede operar como condicionamiento estructural o presión a la individuación de los comportamientos, pero no hay relación causal entre individualización e individuación. Se trata de procesos que no siempre van de la mano. La sociedad de individuos no es un conjunto de comportamientos egoístas sin referencias compartidas; por el contrario, mientras más individuado es el comportamiento de las personas, más fuertes deben ser los soportes sociales que aseguren la integración. Algunos rasgos afirmativos que definen la individuación como modo de comportamiento o forma particular de existencia serían la existencia de un sí mismo y la afirmación de una agencia o capacidad de acción personal; la capacidad de atribuirle a ese sí mismo preferencias, valores, gustos y estilos elegidos, que justifican el trayecto escogido y contribuyen a la definición de una identidad propia; la capacidad de ese sí mismo de posicionarse en una “distancia evaluativa” respecto de las ofertas de sentido, preferencias y valores por parte de las identidades sociales (estas ofertas no son tomadas por su valor o autoridad intrínsecos, sino por el significado y la utilidad que se le atribuyen para el proyecto personal); el rechazo a los patrones e identidades sociales impuestos; la comprensión de las relaciones sociales en que se participa a la luz de principios de libertad, negociación y contrato (lo que no excluye el altruismo ni el sacrificio).¹⁹

¹⁹ Se encuentran puntos de contacto entre esta caracterización de la individuación y lo que señala López Novo (2012) acerca de la reflexividad como motor de la expansión del yo: “La intensificación de la reflexividad marca un cambio decisivo en la relación entre individuo y sociedad, pues en la tradición del análisis sociológico lo social ha sido identificado bien con lo normativo y/o bien con lo prerreflexivo, es decir: con los valores y las normas sociales institucionalizadas en el entorno social y/o con la tradición que se absorbe por ósmosis, se da por descontada y no es objeto de cuestionamiento reflexivo. La expansión del yo supone, pues, la erosión de lo social en esas dos facetas: la normativa y la pre-reflexiva; supone, en suma, una desinstitucionalización de la vida social y, por tanto, de la vida personal. De ahí que uno de los correlatos de la expansión del yo sea la erosión de la tradición recibida, la pluralización de los estilos de vida y la diferenciación idiosincrásica de las trayectorias vitales. (...) Ya no se trata de un puñado de elecciones realizadas al inicio de la vida adulta (profesión, residencia, matrimonio, etc.), que, una vez consumadas, asumen el carácter de decisiones irreversibles que marcan el resto de la vida personal. Ahora la persona vive toda su vida adulta con —por así decir— ‘el piloto’ de la autorrealización encendido, y está dispuesta a revertir aquellas elecciones tempranas (trabajo, residencia, matrimonio, creencias, relaciones, orientación sexual, etc.) si percibe que no han sido acertadas desde la perspectiva de su autorrealización.” (pp. 88-90).

Partiendo de aquí, Güell, Peters y Morales (2012) se proponen pensar las dinámicas de consumo cultural en el vértice de la relación entre individuación (factores sociales subjetivos) y estructura social (factores sociales objetivos), guiados por interrogantes acerca de la correlación empírica entre el grado de individuación de una persona y la intensidad y tipo de su consumo de bienes culturales: ¿qué rol cumplen las variables estructurales de los sujetos en esa relación? ¿Qué relaciones se dan entre la individuación y las pertenencias estructurales en el campo del consumo cultural?²⁰

Para los autores, el consumo está determinado por la estratificación social, pero esa determinación resulta desbordada por comportamientos individuales o de grupos específicos. Siguiendo esta línea, no hay contradicción, sino complemento o mutua referencia, entre individuación y estratificación. Esto quiere decir que ni la fuerza de las estratificaciones elimina completamente la libertad para la composición de los estilos de vida, ni el mundo del consumo ofrece completa libertad para la composición de los estilos de vida. En el marco de sociedades desiguales, la individuación no es lo opuesto a la estratificación, sino que ella misma es

²⁰ Los autores reponen en este capítulo cuatro hipótesis que han guiado los estudios dedicados al análisis de la relación entre la estructura de la sociedad y las formas de consumo cultural de los individuos (ordenándolas de mayor a menor grado de determinismo que se atribuye a la estructura social sobre el consumo individual): en primer lugar, la tesis (bourdiana) de la homología entre estructura social y prácticas culturales, según la cual la sociedad transportaría sus distinciones fundamentales hacia los cuerpos, los gustos y las opiniones de los individuos. En sus prácticas de consumo cultural orientadas por los *habitus* de clase, los individuos reproducen la estructura de distinciones sociales. El consumo se explicaría, básicamente, por la estructura objetiva de clases de la sociedad.

En segundo lugar, una visión del consumo cultural condicionado por la estructura más bien subjetiva de los prestigios sociales. Es un intento por matizar el determinismo de la primera hipótesis, desde el cual se plantea que el consumo cultural dependería de la estratificación, pero lo que lo condicionaría no es tanto la estructura objetiva de clases, sino la estructura más bien subjetiva de los prestigios sociales. Aquí se retoma la perspectiva weberiana según la cual las clases no son la única forma de abordar la división de la sociedad. Junto con esta división basada en la distribución de poder económico, puede postularse otro tipo de estratificación vinculada con la distribución del poder social y/o político.

Seguidamente, la tesis del omnivorismo cultural de las clases altas (Peterson y Kern, 1996) parte de la idea de que algunos sectores privilegiados de la sociedad poseen mayor libertad que otros para definir sus preferencias y adquirir bienes culturales. Mientras las clases bajas están limitadas al consumo de un rango estrecho y definido de bienes culturales, las clases altas suelen componer su “dieta cultural” al modo de un animal omnívoro, con todo tipo de bienes. Así, los miembros de las clases bajas estarían acotados a la cultura popular, mientras que los omnívoros de clase alta se mueven entre consumos tradicionalmente asociados a la cultura popular y a la alta cultura.

Por último, la plena individuación en el campo del consumo cultural plantearía la ausencia de patrones sociales de comportamiento en el campo del consumo cultural. Se trata de una explicación residual que surge ante la insuficiencia de las categorías tradicionales de estratificación para explicar algunas de las nuevas formas de participación cultural.

estratificada. Las personas componen la particularidad de su identidad biográfica dentro de las alternativas que disponen sus condiciones materiales de vida. Por otra parte, las formas de estratificación no operan por debajo ni de forma autónoma respecto de las orientaciones de los actores.

La consideración de factores sociales subjetivos y su articulación con condiciones objetivas mediante el concepto de individuación estructurada resultan un aporte para reflexionar en torno a la inclusión de bienes culturales espirituales en la conformación de estilos de vida de sectores profesionales urbanos. El acercamiento a bienes culturales espirituales constituye, como todo consumo y modo de participación cultural, mucho más que un acto privado o un modo de satisfacer una necesidad. Se trata de una vía para establecer vínculos y pertenencias, darse a conocer y ser reconocido. Los consumos y las prácticas culturales asociadas a una espiritualidad reconfigurada pueden ser vistos como piezas con las cuales los individuos van completando sus biografías, organizando formas intencionales de distinción y afirmando sus identidades.

En el siglo XXI, el deseo de acumular objetos no es tan importante como la confirmación de que la propia vida coincide con lo que cada uno/a se propone construir en términos subjetivos. Con la autonomía como la convicción más potente frente a cualquiera que provenga de sistemas de creencias rígidos o dogmáticos, se montan formas personales que combinan sofisticación y enaltecimiento de la calidad de vida. Así, se delinean nuevos estilos de vida urbanos en un contexto marcado por una economía de la experiencia que perfecciona o enaltece la comercialización de productos y servicios, ofreciendo a los/las consumidores/as acontecimientos memorables que los/as involucra de manera personal y emotiva. La edificación de un estilo de vida singular lejos está de ser espontánea o desinteresada. Como señala el sociólogo polaco-británico Zygmunt Bauman (2007), en su desarrollo de la sociedad de consumidores como tipo ideal —es decir, como herramienta para el análisis y la comprensión de la realidad social—, los/as propios/as consumidores/as se encuentran volcados/as a la tarea de volverse consumibles. Esto implica “alzarse de esa chatura gris de invisibilidad e insustancialidad, asomar la cabeza y hacerse reconocibles entre esa masa indiscriminada de objetos no diferenciados que ‘flotan con igual peso específico’ y captar así la atención

(ivoluble!) de los consumidores” (p. 26). El modo de ser y habitar la ciudad se encuentra definido por elecciones de consumo, la subjetividad se compone de esas elecciones.

Cabe aquí reponer el retrato etnográfico que realizan Viotti y Vargas (2013) de dos grandes eventos públicos realizados en CABA: “El planeta medita 2012”, vinculado con la espiritualidad alternativa, y la “Experiencia Endeavor 2010”, fuertemente emparentada con el emprendedurismo empresarial. En ambos eventos se registra la convivencia entre dos modelos (lo que robustece este análisis social, en tanto sería exagerado e inadecuado plantear el reemplazo de uno por otro, perdiendo de vista las hibridaciones y una cuota presente de remanentes): el clásico modelo del esfuerzo, el ascetismo y la disciplina y un nuevo modelo del placer y el confort. Entre estas dos grandes corrientes se juega buena parte de los procesos de continuidad o de cambio en una cultura urbana identificada con las clases medias. Los valores asociados al progreso individual que se expresan en procesos de ascenso social, el esfuerzo personal que se encarnó en la valorización de la educación y el mejoramiento emocional que diferentes prácticas *psi* ayudaron a construir resultan tópicos comunes dentro de la cultura de la clase media porteña. Pero, en las últimas décadas, surgen novedades en las formas de entender el desarrollo personal. Viotti y Vargas (2013) parten de considerar que los eventos masivos destinados a promover la transformación personal resultan significativos para entender procesos de cambio de una porción de las clases medias urbanas, con relación a novedosas formas de comprender la realización personal y, por ende, las formas de socialidad y la construcción de subjetividad. En dichos escenarios se promueve como estilo de vida a escala individual aquietar la mente; luchar contra el estrés y estar en equilibrio; asumir la responsabilidad de cada uno/a para mejorar su vida; conectar o encontrarse con uno/a mismo/a, con nuestro ser interior; cultivar como cualidades deseables la osadía, el disfrute, la aventura, el deseo, la afirmación, la apertura, el esfuerzo sin sacrificio, el humor, la informalidad y la intimidad; abandonar la amargura y la crítica; valorar las relaciones sociales no conflictivas; tener capacidad de aceptación; hacer foco en el aquí y ahora.

Junto con estas premisas que se consolidan y se extienden mediante prácticas como el yoga o la meditación, se registran, en el paisaje cultural urbano, fenómenos afines y sincrónicos como la difusión cada vez mayor de la alimentación saludable o consciente, la astrología u otras

terapias alternativas, como la bioenergética, la decodificación celular o el *mindfulness*. Estos son parte de la edificación de un estilo de vida que da lugar a un ascenso del sentir, una espiritualidad que no demanda ni rechaza lo religioso, que se porta como un *habitus*, un modo de desempeñarse en la vida que supone *hábitos pero no rigideces*.

Somos rutinarios de ciertas cosas, en casa nos levantamos y los dos meditamos y los dos practicamos yoga a la mañana antes de desayunar, es un hábito que tenemos muy incorporado y cada uno lo hace por separado o a veces juntos. Y después, como es mi trabajo también, es como que estoy vinculada al cien por ciento. O sea, escribo acerca de eso, bailo y tomo clases de yoga todas las semanas, además de dar las clases... es mi estilo de vida. (Instructora de yoga, 29 años.)

Se puede hacer yoga, ser vegetariano, meditar todas las mañanas, comer orgánico, buscar siempre lo natural, como concepto, hasta en las telas que uno va a usar, o se puede practicar yoga, pero... no sé, fumar o mantener otros hábitos que quizás suenan disonantes, pero no lo son porque se trata de fusiones también, o sea... uno va armando su propio estilo de vida. (Músico e instructor de yoga, 46 años.)

Resultan habituales las rutinas sencillas y breves de meditación, respiración (*pranayamas*) o posturas (*asanas*) al inicio y al cierre del día, así como la utilización de técnicas para la limpieza del sistema nervioso o del sistema digestivo, aunque este tipo de conductas, con frecuencia estipulada, estén mucho más generalizadas entre instructores/as que entre practicantes. Circulan en las clases presenciales y en las redes sociales rutinas que se adaptan al modo de vida urbano, respiraciones o meditaciones que se pueden hacer en pocos minutos ofreciendo beneficios atractivos. Está presente la intención de hacerse un rato para practicar posturas y ejercicios que hacen bien, pero también es valioso evitar las rutinas rígidas para mantener la sensibilidad con respecto a lo que el cuerpo está necesitando, que no todos los días es lo mismo. Una espiritualidad posmoderna no da cabida a lo estático o universal, sino que circula como una invitación a seguir la propia intuición, seguir al corazón, andar el propio camino.

Respecto de este punto, David Brooks (2000, pp. 224-228) rescata la idea de *flexidoxia* para describir la vida espiritual de los/as burgueses/as bohemios/as en ascenso en el capitalismo del siglo XXI.²¹ Tomando distancia del rigor y de la ortodoxia, la espiritualidad se experimenta desde la libertad y la flexibilidad, más como un temperamento que como un credo. Mientras se valoran los rituales reconfortantes, se rechazan los códigos morales intransigentes.

La *amplitud como cualidad* es parte de este estilo de vida que se aleja de fanatismos y obturaciones. Incluso, desde esta actitud de apertura es que se concibe la espiritualidad. Entrevistada en la televisión pública a fines de 2019, una instructora de yoga e *instagrammer* con más de 120.000 seguidores se definía como maestra de intención en movimiento, y señalaba en relación con su manera de ver y transmitir la espiritualidad: “Mi forma de ver la espiritualidad incluye también esas noches que no das más con vos y te abrís una botella de vino, y te pones *Bridget Jones* o una película de Jennifer Anniston y llorás y te comes un paquete de papas fritas. Eso es el amor propio”.

Detrás de la ola de vegetarianismo y veganismo, las últimas tendencias en relación con la alimentación no radican tanto en la asunción de restricciones como en una *conciencia con respecto a lo que se consume*, su origen, su proceso de producción, su frescura, sus componentes, sus propiedades nutritivas y el modo en que cada cuerpo lo asimila. Hay una atención puesta en lo que se come, un interés en elegirlo, en que aporte a una alimentación sana y variada, sin severidades ni privaciones.

Pero me como una hamburguesa cada tanto también. (Instructor de bioenergética, 34 años.)

Pero no renuncio tampoco, si me quiero comer una milanesita me la como. (Practicante de yoga, mujer, 60 años.)

Hacerse tiempo para prepararse la comida es otra intención manifestada. Hay una percepción de empoderamiento al decir “Yo me hago el pan”. Se valora la intención de dar lugar a una

²¹ En el capítulo dedicado a describir la vida espiritual de los bo-bo's (*bourgeois bohemian*), Brooks relata que el rabino de la congregación judía de la ciudad de Missoula (Estado de Montana, Estados Unidos), ante la variedad de judíos/as provenientes de lugares como Los Ángeles o Nueva York, se niega a oficiar un servicio ortodoxo, conservador o reformista, denominando *flexidoxia* a su aproximación híbrida.

alimentación que permita estar más liviano/a o disponible, pero se encara con calma y con la inclinación para darse los gustos.

El yoga me ayudó a conectarme con “¿Qué quiero yo? Listo, voy para acá” con tanta seguridad, que incluso me empezó a cambiar la alimentación. Empecé a preguntarme “¿Qué quiero comer?”. Entonces tuve el llamado de dejar de comer lo procesado. Ni vegetariana ni nada. No quiero meterme mierda en el cuerpo. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Como de todo. Nosotros somos muy conscientes pero comemos carne, ninguno de los dos es vegetariano por más de que... no es que nos cocinamos un bife con puré en casa, pero sí elegimos comer carne cuando salimos o cuando vamos a lo de nuestros familiares, no tenemos problemas con eso, pero sí somos muy conscientes. Tratamos de comprar la verdura en la verdulería, la carne en la carnicería, el pescado en la pescadería, no compramos en supermercados, no comemos nada enlatado. Tenemos una relación muy consciente con el alimento. (Instructora de yoga, 29 años.)

Fui muy extrema, por ejemplo con la macrobiótica, fui pasando por diferentes tipos de alimentación. Estuve mucho tiempo sin comer carne. Pero lo que me sucedió es que yo sentí que esa cuestión estricta se pasaba también a mi carácter como una cosa muy rígida. Y bueno, a través de leer y de vivir, siempre vas descubriendo cosas. Para mí la fórmula está en uno mismo. Esto me hace bien. Para mí todas las fórmulas pasan por el sentir. Entonces, me parece que cada uno tiene que elegir la dieta de acuerdo a su momento, ¿no? (Instructora de yoga, eutonía y bioenergética, 67 años.)

Yo no creo en las imposiciones. Creo que hay gente que está altísimamente conectada con la espiritualidad y no es vegetariana y yo soy vegetariana porque en mí funciona así, pero observo vegetarianos que carecen de una sensibilidad en otros planos. No considero que una alimentación de cierto tipo garantice un contacto con la espiritualidad. (Instructora de yoga, 52 años.)

En muchos casos las etapas de vegetarianismo quedaron atrás aunque pueden volver, y resultan procesadas como parte de una necesidad sentida en el cuerpo, pero “nunca desde lo

dogmático” (instructora de bioenergética, practicante de yoga, 34 años). Cuando se sostienen por mucho tiempo, también se subraya su vinculación con un pedido del cuerpo, pero “no por ninguna creencia, ni ningún dogma ni nada” (instructora de bioenergética, 39 años). La aproximación más exigente a un modo de alimentación y el sostenimiento de dietas restrictivas se encuentran más asociados con los “veintis”. Entre lo que trasciende a una posible etapa más radicalizada, respetar el alimento, saborearlo sin excesos, darle color y variedad son otras de las actitudes presentes en las maneras de relacionarse con esta necesidad primaria del ser humano.

El alimento —junto con la práctica corporal y el buen descanso— ocupa un lugar central en el marco de cosmovisiones en las que se asume la relación con la salud como un modo de vida que promete mantener lejos la enfermedad. Por ello, la alimentación sana, vital, cruda son mundos observados con interés, de los cuales con frecuencia se entra y se sale sin mayor culpa o remordimiento. La alimentación orgánica está presente como un desafío para este estilo de vida, en tanto se reconoce que por el momento no es sencillo el acceso a lo orgánico en CABA. Es probable que quienes identifican esta dificultad hayan visitado otras ciudades globales europeas o estadounidenses, donde las opciones y los hábitos de consumo en torno al bienestar (*wellness*) y la alimentación orgánica se encuentran más desarrollados y al alcance, desde hace más años.²²

Una actitud distante o medida —aunque no estricta— con la carne, el alcohol, los medicamentos, las harinas blancas, el azúcar refinada y los lácteos industriales forma parte del *ethos* del/de la yogui urbano/a, que a su vez expone una aproximación a lo crudo, lo vivo o activado, lo no procesado, sin conservantes ni colorantes. Se trata de escuchar al cuerpo, percibir cómo está, si está pidiendo menos carne o menos harinas, sin necesariamente asumir un rótulo o conducta estática, y con la disposición para adaptarse fuera del hogar.

Si no es como que, en pos de la espiritualidad, empezás a cortar el vínculo con el otro y tampoco está bueno, tiene que haber un equilibrio en todo. Voy a tomar mate, le metés edulcorante, hago una arcada y lo tomo, ya fue. A ver, si me preguntás te digo amargo, pero si le mandaste edulcorante no te voy a poner cara de asco, porque si no te fanatizás tanto con el fundamento que te autolimitás. (Practicante de yoga mujer, 33 años.)

²² Al respecto ver Lutterbeck (2001), Rodríguez *et al.* (2002) y Marcos (2013).

La feria Buenos Aires Market sirve como ejemplo de evento masivo en CABA que cristaliza la extensión de estilos de vida maleables —de aproximación a lo sano, pero sin dogmatismos—. En su propio recorrido, fue incorporando productos no necesariamente saludables u orgánicos, pero sí frescos, respondiendo a esta lógica de apertura no dogmática a lo saludable. Cuando surgió en 2012, se trató del mayor mercado de CABA dedicado exclusivamente a los alimentos saludables. Al estilo de los mercados de productos orgánicos de Londres o Nueva York, Buenos Aires Market comenzó realizándose un fin de semana por mes, convocando a los principales productores de alimentos orgánicos y saludables de Argentina. Desde 2016 —en total sintonía con los testimonios relevados que representan a un amplio sector comprometido con una alimentación sana pero con licencias, y dando cuenta de una comprensión más cabal de las búsquedas, gustos e intereses de los/as potenciales concurrentes—, se realiza el Burger Fest, primer festival gastronómico de CABA dedicado a los fanáticos de las hamburguesas. Allí se ofrecen en puestos y *food trucks* versiones clásicas y *gourmet*, con medallones caseros de carne vacuna, de cerdo, de pescado, de legumbres y vegetales, con panificados artesanales y un sinfín de *toppings*, alternativas veganas y aptas para celíacos.

Este modo de alimentación también se materializa en el auge de dietéticas en el paisaje urbano. Este tipo de comercio barrial se multiplicó y se reinventó, pasando de ser un lugar para la adquisición de productos *light* (en los años ochenta y en los noventa) a ser un espacio asociado a la alimentación saludable (Ini, 26 de octubre de 2019). En los últimos años, las franquicias de dietéticas crecieron abruptamente en CABA. Los nuevos comercios que abren suelen presentarse con eufemismos como “almacén naturista” o “tienda saludable”, y muchos de los que ya existen se rebautizan en esta misma dirección. Algunos se distinguen por ofrecer exclusivamente productos orgánicos, otros son punto de distribución de bolsones de verdura orgánica, y están los que ofrecen pollos de campo o cosmética vegana.

Si tres décadas atrás los productos estrella en las pocas dietéticas eran aquellos de bajas calorías, hoy la población porteña identificada con la clase media concurre masiva y regularmente a ellas en busca de frutos secos, mostrando interés también por los cereales en

grano, las legumbres, las harinas integrales, las hamburguesas vegetarianas y el azúcar orgánico. Hay productos que se ponen vertiginosamente de moda en el circuito de las dietéticas, como sucede actualmente con el kéfir o la kombucha, bebidas fermentadas y ricas en probióticos, destacadas por sus propiedades para fortalecer el sistema inmunológico.²³ Dos o tres décadas atrás la concurrencia a dietéticas estaba asociada con la búsqueda de suplementos dietarios o bien con un público pequeño, casi de nicho, interesado ya por entonces en ampliar su horizonte en materia de alimentación y cuidado personal. En los últimos años se instaló en CABA una cultura de alimentación saludable. Esta tendencia en un público mucho más amplio y diverso hizo de estos comercios un canal de abastecimiento masivo.²⁴

Para complementar el plano de la alimentación, la *búsqueda de autenticidad* encuentra su desafío en conectar con la felicidad, entendiendo que la vida es aquí y ahora y tratando de lograr la mejor versión posible de cada uno/a. En esta exploración hay *una mayor comodidad e identificación con lo espiritual y con lo energético que con lo religioso institucionalizado* (más abocado a estructurar y dar sentido a transiciones vitales como el nacimiento, el casamiento o la muerte). Se registra la disposición a relacionarse con una energía activa, una frecuencia, una vibración para acceder a una realidad mucho más plena. Acompañando el debilitamiento de la creencia en un dios que dirige y decide el destino de cada uno/a, cobra vigor el acercamiento a una espiritualidad con la que fluir.

No me siento religiosa pero sí me siento muy espiritual. (Instructora de El Arte de Vivir, 62 años.)

²³ Particularmente el kéfir, por ser un producto lácteo, se consagra entre los/as yoguis urbanos/as como síntesis capaz de resolver el debate —típico en tiempos de posverdad— en torno al consumo de lácteos. Mientras la Sociedad Argentina de Nutrición considera que los lácteos son un componente clave en la nutrición y el desarrollo del ser humano, y se ocupa de difundir las ventajas de su consumo sin detenerse en lo que sucede cuando estos son producidos de manera industrial, otros paradigmas médicos no occidentales, como la medicina ayurveda, promueven la supresión de estos. También la periodista especializada en alimentación, Soledad Barruti —autora de los libros *Mal comidos* (2013) y *Mala leche* (2019)—, advierte sobre las falsas bondades de las leches y los yogures industriales con alto contenido de azúcar y otros aditivos. La tensión entre ambos posicionamientos adquirió resonancia mediática a inicios del año 2020 cuando Barruti recibió una intimación por parte de la presidenta de la Sociedad Argentina de Nutrición (“Carta documento: qué pasó entre Mónica Katz y la periodista Soledad Barruti”, 17 de enero de 2020; Roffo, 17 de enero de 2020).

²⁴ Un estudio realizado en 2019 por la empresa de consultoría e investigación Voices! reveló que el 31% de los/as argentinos/as mayores de 16 años es comprador/a regular de dietéticas o almacenes orgánicos o naturistas. Eso equivale a 10,4 millones de personas, de las cuales un tercio (3,5 millones) vive en CABA y el GBA (Grosz, 20 de junio de 2019).

Me acuerdo de que un día fui a un templo budista y cuando entré me encontré con una foto de Jesús, enorme, divina, pero no en la cruz ni nada por el estilo, sino que tenía una túnica blanca, era una belleza lo que emanaba, porque algunas esculturas que están hechas desde el espíritu emanan energía verdadera. (Instructora de yoga, eutonía y bioenergética, 67 años.)

El angelito de la guarda para mí es una figura que, si bien está relacionada con el catolicismo, la vinculo con algo más energético. Esa figura siempre estuvo para mí, nunca la dejé y a mis hijos se las transmito... hay algo ahí de una energía que te cuida más allá de nosotros y tiene la figura del angelito de la guarda pero se puede resignificar, no sé... el universo. (Instructora de yoga, 42 años.)

Entre aquellos/as que fueron criados/as en el catolicismo y se acercaron al yoga, está presente el trazado de un itinerario que desemboca en la separación crítica entre el mensaje de Jesús y la Iglesia católica, castigadora y rectora de una sofocante culpa. Hay un giro estimulado por cierta actitud de apertura y por el agotamiento tanto de la creencia dogmática como del descrédito generalizado, que rescata lo que se encuentra valioso en cada religión sin incurrir en lógicas institucionalizadas para preservar el criterio individual de selección (y así mantener alto el índice de individuación, en términos de Güell, Peters y Morales [2012]).

Mi mamá era mucho más devota, me llevaba a la iglesia, estoy bautizada... bautismo, comunión... ahí quedó. Cada tanto me pinta ir. Sábado a la tarde, a las 7, esa es la misa que a mí me gusta, es un lugar en el que limpiás mucho. Me parece que es muy acotado quedarse solo con las creencias del catolicismo. Me sirve tomar lo que me sirve de cada religión y no necesariamente, estrictamente católica... es como encasillarse. Entonces, ah, no. Como soy católica no puedo ir al barrio chino a festejar el año nuevo porque estoy en 2018. Me fui alejando un poco porque, en relación con lo que es Dios, me pregunté ¿si Dios te ama por qué te castiga? Empecé a cuestionar un poco y me alejé porque me pareció un fanatismo. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Tuve un regreso a lo espiritual tardío. Digo regreso porque fui muy creyente. Mi familia es católica, mi formación fue católica. Fui muy creyente hasta los 18 años. Iba a un colegio de hermanos Maristas, para darte una idea en el recreo más largo de media mañana se podía comulgar en la iglesia del colegio. Yo iba a comulgar casi todos los días. Después me fui alejando de todo eso. Trabajé veinte años en un banco. Soy banquero. Gané muchísimo dinero, en esa época de mi vida me interesaba ganar plata y gané fortunas. Y durante esos años cero espiritualidad. Esos años fueron de ateísmo militante. Tuve un largo período de ateísmo militante hasta que en el año 2010 empiezo a tomar ayahuasca y ahí empiezo como a religar con una práctica espiritual, una creencia en algo que nos trasciende. Ya no ligado a una religión en particular, sino desde un lugar, por un lado panteísta, en el sentido de creer que el creador y lo creado son lo mismo. Y por el otro lado como rescatando de distintas religiones algunas cosas que a mí me habían llamado la atención. (Organizador de ceremonias de ayahuasca, estudiante de astrología y de terapia bioenergética, 50 años.)

Lo que le sucede al banquero es frecuente en muchos profesionales que, ante cierta insatisfacción con su presente o poco entusiasmo con el recorrido esperable para sus vidas, deciden —muchas veces después de un viaje— dar un viraje, hacer un cambio, probar algo distinto. Lejos de la renuncia al deseo que predicó el Buda Siddharta Gautama, cierto sector urbano profesional se reserva para su vida cotidiana un *amplio espacio para el deseo personal, el goce, el cuestionamiento, la renuncia a mandatos y a creencias limitantes y la transformación personal*. Entre los/as adultos/as jóvenes urbanos/as y profesionales, el ahorro como meta y la previsión como aptitud vienen resultando devaluados frente a la búsqueda de vivencias inspiradoras.

Estos recorridos relevados en el trabajo de campo se condicen y robustecen a partir de los datos de la Segunda Encuesta sobre Creencias y Actitudes Religiosas en Argentina (Mallimaci *et al.*, 2019). Esta encuesta mostró que en el AMBA se registra la mayor proporción de personas sin religión, que asciende al 26,2% (que desciende al 18,9%, si se considera el total de las regiones, y que alcanza solo al 5% y al 7% de la población, si se pone la lupa sobre el Noroeste (NOA) y Noreste (NEA) argentinos, respectivamente. Algunos aspectos emergentes de la encuesta fueron que la adscripción al catolicismo disminuye aunque conserva una mayoría atenuada (62,9%), mientras que los/as sin religión (18,9%) y

los/as evangélicos (15,3%) están en crecimiento. A medida que aumenta el nivel educativo, mayor es la proporción sin religión. Los/as evangélicos/as predominan en los niveles educativos más bajos. La individuación se consolida en el campo religioso: las personas prefieren relacionarse con Dios por su propia cuenta, se registra una caída en la asistencia semanal al culto y predominan las prácticas religiosas que se realizan en la intimidad. Es interesante que en el ranking de creencias prevalecen las de la cultura cristiana junto con la energía, a la que adscribe el 76% de los/as encuestados/as. Incluso al poner la lupa sobre los/as sin religión, en su ranking de creencias la energía ocupa el primer puesto, con el 71% de respuestas afirmativas. Si se comparan estos datos con los relevados once años atrás, en la Primera Encuesta sobre Creencias y Actitudes Religiosas, se constata que tanto la creencia en Jesucristo como la creencia en Dios presentan una reducción de 10 puntos porcentuales entre 2008 y 2019 (del 91,8% al 82,5% y del 91,1% al 81,9%), mientras que la creencia en la energía hizo un recorrido inverso, creciendo diez puntos porcentuales y pasando del 64,5% en 2008 al 76% en 2019. Un último aspecto, mencionado anteriormente en este capítulo, que vale la pena retomar es que entre los/as sin religión dos de cada diez practicó yoga o meditación en el último año (19%). Este valor se reduce a la mitad al considerar el total de encuestados/as (11,5%) y a un cuarto entre los/as evangélicos/as (4,6%). Además de evidenciar el ascenso de una espiritualidad más alejada de lo institucional y más sostenida en torno a la creencia en la energía, estos datos delinear el trazado de una circulación social no democrática del yoga y la meditación. Si se considera el nivel educativo alcanzado como proxy de la renta del hogar o condición socioeconómica, se muestra que el yoga y la meditación son prácticas mucho menos extendidas entre los más desfavorecidos.

Otro aspecto que se insinúa en los estilos de vida *enyoguizados* radica en el registro de un distanciamiento de “la actualidad”, de la lectura de diarios o la práctica de ver la televisión, aunque sí está presente *Netflix*, con su abanico de posibilidades y recomendaciones perfectamente dirigidas a cada consumidor/a. “Me entero en la oficina” o “escucho de oído” pueden ser acercamientos habituales a lo que acontece en el plano político o económico en los niveles nacional e internacional.

La apertura a nuevos intereses y la intención de motorizar transformaciones personales a partir del yoga no es una actitud impostada del/de la yogui urbano/a. Desde la presente descripción no se pone en cuestión el hecho de que el yoga actúa, trabaja sobre la respiración e influye en la percepción, el pensamiento y la posibilidad de hacer foco para tomar decisiones, sino que se observa el modo en que esta práctica se combina con otras actitudes y elecciones que delinean cierto estilo de vida entre aquella parte de los sectores urbanos identificados con la clase media.

De lo ideológico a lo sensitivo: una apertura a Oriente

La adaptación del yoga a Occidente supone encontrar la forma de trasponer una práctica, que en la India está integrada a la vida, a ciudades globales en las que se inserta como actividad para realizar en el tiempo libre. “Hace más de tres décadas, cuando el turismo espiritual aún no estaba desarrollado, encontrar en India un instituto de yoga era como si en Argentina se pudiera encontrar una escuela para tomar mate”, señalaba el director de la Fundación Indra Devi, en el marco de la entrevista realizada para la elaboración de esta tesis. Acercar y adaptar el yoga supone reconocer diferencias físicas, culturales e idiosincráticas entre Oriente y Occidente, incluso entre dos ciudades capitales como Nueva Delhi y CABA. Son varias las razones por las cuales en CABA no podemos hacer yoga como en Oriente. Desde lo físico, por ejemplo, cabe considerar que pararse de cabeza o ponerse en cuclillas puede resultar mucho más complejo que en sociedades donde se suele llevar peso en la cabeza o hacer las necesidades en cuclillas. Además, los cuerpos son distintos y las tensiones que se generan, asociadas a la vida cotidiana de cada lugar, pueden variar y depositarse en otras partes.

Si se pone la mirada en las Upanishads del yoga²⁵ como base filosófica de la práctica, se observan puntos de encuentro y de desencuentro con la apertura a Oriente, a la que se da

²⁵ Las Upanishads son textos de variada extensión que exponen el camino que conduce a la plenitud del Ser. Tradicionalmente se considera que hay 108 Upanishads de relevancia; de las cuales diez son las de mayor importancia, por haber sido comentadas por los grandes sabios. Las Upanishads del yoga son 17 y exponen el recorrido del yogui en su proceso hacia la liberación.

cabida a partir de la gestión de la subjetividad occidental y urbana. Aquellas disposiciones que pregonan la centralidad de lo sensible y el rechazo al dualismo cuerpo/mente se promueven y circulan de manera creciente, otorgando vigencia a máximas como “Lo verdadero es lo que se percibe por la visión, el oído y los otros sentidos, pues todo lo que existe es *brahman*,²⁶ como dicen los que saben” (de *Dársana Upanishad*) o “Controla la mente hasta que se funda en el corazón, esto es sabiduría, esto es meditación; el resto son palabrerías” (de *Amritabindu Upanishad*). Otras enseñanzas o preceptos se mantienen distantes de los estilos de vida y hábitos cotidianos de los/as yoguis urbanos/as de Occidente, por ejemplo: “Tener compasión es contemplar al prójimo en acto, palabra o pensamiento, como si fueses tú mismo: así se expresan los que saben” (de *Dársana Upanishad*), y todos aquellos versos que ponen en el centro las abstenciones de diversa índole. Se está ante una apertura sumamente selectiva a lo oriental.

Como observan Carrone y Funes (2013), en su estudio sobre la editorial Deva’s²⁷ y la fundación El Arte de Vivir como dos casos de industria cultural floreciente en lo que denominan “campo espiritual heterodoxo”, ciertos objetos y accesorios de reminiscencia oriental que circulan o se consumen en este campo remiten a ideas y formas concretas de entender el mundo e interactuar con él. El acercamiento masivo a estos objetos y accesorios indicaría entonces una apertura a nuevas cosmovisiones que difieren radicalmente de aquellas en torno a las cuales giraron las etapas de socialización primaria y secundaria de muchos/as practicantes de yoga y/o meditación en ciudades globales de Occidente. La cotidianidad que se estableció

Upa ni-ṣad significa “sentarse más bajo que otro” (para escuchar sus enseñanzas). Se piensa que estos textos adoptaron su forma entre los años 400 y 200 a. C. Por lo tanto, representan un aspecto del hinduismo védico tardío (no obstante, se cree que algunos fueron compuestos tiempo antes, en el siglo VI a. C.). Los Upanishad presentan una nueva cultura, ligada al mundo de los artesanos y comerciantes de las ciudades del norte de la India, que concibieron formas de vida y de gobierno más flexibles y participativas. Probablemente estos textos se basan en las experiencias místicas de personas que, cansadas de la religión oficial, se retiraron a los bosques para vivir como ascetas o ermitaños, pensaron por su cuenta y luego difundieron sus ideas.

²⁶ Realidad superior; divinidad impersonal hinduista.

²⁷ La cadena de tiendas Deva’s en la que se comercializan los libros de la editorial homónima, cambió su nombre a Ayurdeva’s. En su sitio web, la empresa se presenta como “líder de América Latina en desarrollar el concepto de Cosmética Ayurvédica y Vibracional”. Comercializa, además, productos de artes milenarias y música de temática relacionada al bienestar. Su misión es “elevar la calidad de vida de las personas mediante la búsqueda del equilibrio Cuerpo–Mente–Espíritu”. Entre los títulos disponibles al momento de elaboración de la presente tesis se encontraban: *El arte de practicar yoga*; *Del cuerpo al espíritu, un camino de sanación*; *Mandalas para armonizar (30 mandalas para pintar)*; *Sanarnos con plantas*; *El libro de las afirmaciones*; *El libro de las actitudes*; *El nuevo liderazgo. El rol de la intuición en el arte de liderar*.

como realidad o sentido común y se impuso bajo el cobijo de la objetividad muestra su agotamiento como unidad inquebrantable e incuestionable. Mientras que el paradigma cartesiano como vía para definir la condición humana se materializó, por ejemplo, en la preeminencia del cerebro como órgano rector de la vida misma, la actual apertura a lo oriental puede considerarse una respuesta afirmativa de muchos/as a la invitación a religar cuerpo, mente y alma.

Así, la emergencia de una propensión a lo no racional, no mental, no occidental se desarrolla como línea explicativa para comprender el *boom* de una nueva espiritualidad en CABA, y como rasgo de las subjetividades urbanas identificadas con las clases medias. Un modo de ser y estar propio de una etapa posanclaje en la palabra, por lo tanto, pospsicoanalítica. *Un ascenso de la experiencia, del sentir y de la energía que sopesa y denota el agotamiento del entendimiento y de la razón.* La experiencia se valoriza por el hecho de portar consigo la idea de transformación. La apertura a cosmovisiones de Oriente puede ser pensada como signo del agotamiento del racionalismo occidental, presente sobre todo entre las generaciones de jóvenes adultos/as. Aflora un llamamiento a lo posracional, al posicionamiento de la experiencia y la sensibilidad por sobre la razón, a priorizar el sentir por sobre el pensar. El corazón y el alma se elevan sacudiendo la hegemonía del cerebro y de la mente. Se trata de un pasaje de la cabeza al cuerpo entero, que derriba las paredes que no dejan sentir, desarrolla la sensibilidad y despierta la percepción.

La espiritualidad te da toma de conciencia de cada cosa en tu vida. Mientras más profundizás, aumenta tu nivel de conciencia y cuando aumenta el nivel de conciencia, tus actos, tus palabras empiezan a tener un refinamiento y es como que se amplifica un filtro. Aparece un filtro que te dice “Ok, esto no lo digas, esto decilo, esto no lo hagas, o hacelo”, y empezás a actuar más a través de un alma que te está diciendo qué es lo correcto y qué es lo incorrecto, y no estás actuando solamente a través de tu mente que es una herramienta más para el lado del pensamiento, de lo técnico. El alma trabaja más con el corazón, entonces decís “bueno”... No es que una tiene que sacar a la otra sino que las dos tienen que trabajar de manera conjunta. (Practicante de yoga, hombre, 35 años.)

En las reflexiones sobre Oriente y Occidente que elaboran Daisetz Teitaro Suzuki y Erich Fromm en *Budismo Zen y psicoanálisis*, publicado en 1960, presentan al ser humano occidental como separado de la naturaleza, que solo se concibe para ser utilizada por el humano elocuente, inquisitivo, resistente e intelectual. En tanto para el ser humano oriental —más integrado a la naturaleza—, los misterios de la existencia —que embriagan más que el entendimiento— resultan más aceptados. La mentalidad occidental es descripta como analítica, selectiva, individualista, intelectual, objetiva, científica e impositiva, mientras que la mentalidad oriental se caracteriza como totalizadora, no selectiva, no discursiva y subjetiva (Suzuki y Fromm, 2006 [1964], p. 13).

El hecho de hacer un lugar al campo de los sentimientos y la experiencia en el “agotado” campo del entendimiento, con su intelectualidad, su academicismo y su disposición a la acción, aparece con fuerza entre los/as practicantes de yoga de la CABA.

Yo vengo de una familia muy racional, de espiritualidad cero. Todo muy racional. Luego de muchos años me largué solo porque sentía que me faltaba algo, que algo no estaba bien. Mi visión de la realidad era muy corta. (Practicante de yoga, hombre, 34 años.)

Es una búsqueda muy desde el corazón. Vengo de una familia intelectual de izquierda, por decirlo de alguna manera, con militancia de mis viejos, y siempre mi manera de enfrentar el mundo fue desde una visión histórica, política, incluso desde el materialismo histórico de Marx. De ahí venían las explicaciones de la existencia. De la matriz moderna con esa concepción técnica y científica de la vida. Y yo, a nivel personal, como algo muy interno, muy del corazón, comencé a sentir que todas esas respuestas no me servían mucho. Hacían mucha agua. (Practicante de yoga e instructora de bioenergética, 36 años.)

Descubrí partes del cuerpo que podía mover de manera que no sabía y que me conectaba con alguna emoción y entonces me empecé a dar cuenta también de que la vida implicaba esas cosas mucho más allá que la razón, que era a lo que más estaba acostumbrada, a lo intelectual (...) en lo personal me sucedió que —con una vida superintelectual siempre, inculcada por mi familia y desarrollada por mí también— mi vida la viví con explicaciones intelectuales y racionales sobre las cosas. En algún momento me di cuenta de que no me

funcionaban ya tanto esas explicaciones. Incluso que me hacían daño a veces. (Practicante de yoga e instructora de bioenergética, 30 años.)

Todo lo que sea espiritual es cien por ciento una experiencia. Y cuando lo llevás al terreno de la experiencia y podés dejar de lado un poco esas ideas rígidas que tenemos de las cosas, hay un aprendizaje y una apertura impresionante, donde no necesitás palabras ni razonar tanto, sabés lo que te hace bien y lo que no y el cambio que eso genera en vos. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

El relato de la modernidad no colma ni ofrece respuestas. *Las penetraciones puramente racionales sobre las cosas que pasan parecen percibirse como obsoletas*. Con entusiasmo y con sorpresa se comienza a transitar por otros paradigmas y se van incorporando otras formas de explicar el mundo. En el capítulo dedicado a “la buena voluntad cultural” de la pequeña burguesía de *La distinción*, Bourdieu hacía referencia a un pasaje del deber al deber de placer. Se trataba de un repliegue “de subjetividades en busca de sí mismas” (Bourdieu, 2012, p. 433) por el que comenzaban a optar principalmente los representantes de la nueva pequeña burguesía (aquellos dedicados a la venta de bienes y servicios simbólicos, entre quienes empieza a circular con fuerza la creatividad como aptitud de relevancia). Pero estas búsquedas más o menos secularizadas de salvación, si bien convergen con el actual universo yogui en el componente antipolítico y en la exaltación del yo, se afincan sobre todo en lo psicológico; en una relación psicologizada —y por lo tanto, racional— con el cuerpo y con el placer: “Mística racionalizante de la edad de la ciencia, el psicoanálisis libremente interpretado ofrece el discurso legitimador que proporciona apariencia de fundamento racional a los presupuestos simultáneamente arbitrarios y necesarios de un *ethos*” (Bourdieu, 2012, p. 435).

Como señala López Novo (2012) para explicar el desplazamiento del idioma y de las prácticas vinculadas con la transformación personal de la periferia al centro —o de minorías a públicos extensos—, se debe considerar el giro valorativo liderado por las generaciones más jóvenes de las sociedades avanzadas, por el cual se debilita la predisposición a orientar la propia vida desde posicionamientos racionales de supervivencia con foco en la búsqueda de seguridad y la maximización del bienestar material, al tiempo que cobra vigor la necesidad de

experimentar y explorar múltiples facetas de la existencia. En las ciudades globales contemporáneas, el yoga ofrece a quienes lo practican la posibilidad de trascender el fundamento, encontrar un silencio mental o serenar la mente para conectarse con el ser, con el corazón, con el sentir, con el alma. Hay una intención de derribar las paredes que no dejan sentir y dar otro lugar a la percepción sobre el propio cuerpo y sobre las emociones. La apertura a Oriente se consolida a partir de una *valoración del necesario complemento entre lo intelectual y lo sensitivo*. La invitación a llevar la conciencia al cuerpo resulta atractiva en tanto se confía en que este reclama desde una sabiduría propia y se modifica a partir de la práctica. En CABA, esta forma de encarar la transformación personal se solapa con la tan extendida psicología, particularmente con el psicoanálisis como técnica que pareciera haber dejado atrás su etapa culminante de dominio. Los efectos del yoga se perciben como más ligeros y palpables que lo que ofrece la psicoterapia psicoanalítica. Oriente, a través del yoga, ofrece la posibilidad de una atención más integrada de distintos planos humanos, como las emociones y los pensamientos. Muchos/as practicantes e instructores/as de yoga reconocen los límites de la intelectualización, la racionalización y el anclaje en la palabra: hay lugares a los que no se llega por más que se extienda la terapia o pueda recurrir a un/a psicólogo/a recomendado/a. En reiteradas ocasiones, los/as practicantes de yoga señalaron la limitación que implica para el psicoanálisis trabajar fundamentalmente a partir de la palabra, por eso en muchos casos se valora el complemento y el espacio en el cronograma semanal para las clases de yoga y la sesión de psicoterapia. Pero el sostenimiento de los abordajes exclusivamente intelectuales sobre las cosas que uno/a vive y que suceden alrededor comienza a sentirse obsoleto.²⁸

²⁸ Así como la presente tesis analiza en clave sociológica cierto agotamiento o insuficiencia de lo racional y el ascenso de experiencias y aproximaciones vinculadas con lo alternativo, desde otro registro, el músico, escritor y humorista uruguayo Leo Masliah abordó este fenómeno masivo con acidez a través de un video publicado en su cuenta de Instagram a inicios de 2021. En el video que se viralizó y fue tendencia en redes sociales, Masliah habla en tono satírico como representante de un instituto “pionero en la implementación de las carreras relacionadas con la medicina alternativa, tan necesaria hoy en día”. Mirando a cámara, destaca: “Queremos hacer hincapié en que a partir de este año extendemos las titulaciones a otras áreas del conocimiento, también de carácter alternativo. Por ejemplo, inauguramos este año la carrera de ingeniería alternativa, en la cual vas a aprender a diseñar desde puentes y carreteras hasta edificios, usinas, software, sin necesidad de ningún cálculo matemático, sino simplemente a partir de tu energía interior, no la energía de la que habla la física, nosotros no creemos en la ley de conservación de la energía, ni en los dogmas de la leyes de la termodinámica, ni el modelo estándar de las física de partículas. No nos basamos en eso. Si querés saber más te invitamos a un seminario introductorio que se realiza la semana próxima. No te podemos dar la dirección porque nosotros no trabajamos con coordenadas cartesianas ni con nada que te ponga ningún tipo de límites; ni creemos en límites ni integrales ni diferenciales.

La apertura a Oriente también se evidencia en una concepción renovada de la salud, con la incorporación de enfoques o paradigmas que en el nivel masivo solían verse con sospecha y desconfianza, como la medicina ayurveda.²⁹ Por ejemplo, durante la pandemia por COVID-19, desde el Ministerio de Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha y Homeopatía (AYUSH), del Gobierno de la India, se difundieron al mundo occidental tips ayurvédicos para reforzar la inmunidad, tales como la elaboración de infusiones con especias de fácil acceso, o la incorporación de procedimientos simples para realizar una o dos veces por día. En un gesto que evidencia esta penetración de la India en Occidente en el mundo, uno de los aspectos que más trascendió de los llamados telefónicos que el primer ministro indio Narendra Modi mantuvo con su par estadounidense, el presidente Donald Trump, y con el presidente de España Pedro Sánchez para estrechar lazos de cooperación internacional en la lucha contra la pandemia, fue la recomendación que les hizo a ambos de que se aproximaran a la medicina ayurveda para interiorizarse en las medidas y hábitos preventivos que esta ofrece (Cohn, 4 de abril de 2020).

Vamos a fundar también la carrera de física alternativa, relacionada con todo esto, porque todo tiene que ver con todo, y de química alternativa, en la que no te vas a encontrar con los 118 elementos que proclaman los que defienden los dogmas de la tabla periódica, sino con los cuatro elementos consagrados por la sabiduría antigua: aire, agua, tierra y fuego. Te invitamos a visitar nuestro laboratorio donde ya, antes del inicio de los cursos, nuestros profesores trabajan con dos de estos elementos, agua y aire, para a partir de ellos crear barro. Nuestro abanico de opciones se completa con sociología alternativa, porque no te va a complicar la vida con clases sociales, nosotros creemos que el ser humano es uno solo, estamos en contra de la discriminación. Inscribete ya" (Instagram, @leomasliah, 7 de enero de 2021).

²⁹ Nombre de la medicina tradicional de la India. Tiene como objetivo la unificación de cuerpo, mente y espíritu, proclamando que la enfermedad y la salud son el resultado de la confluencia de tres doshas, palabra sánscrita que significa "humores" o "aires vitales", que en las obras modernas se traduce como 'temperamentos' o 'biotipos': vāta representa la unión del aire y el éter; pitta representa la unión del fuego y el agua; kapha representa la unión del agua y la tierra.

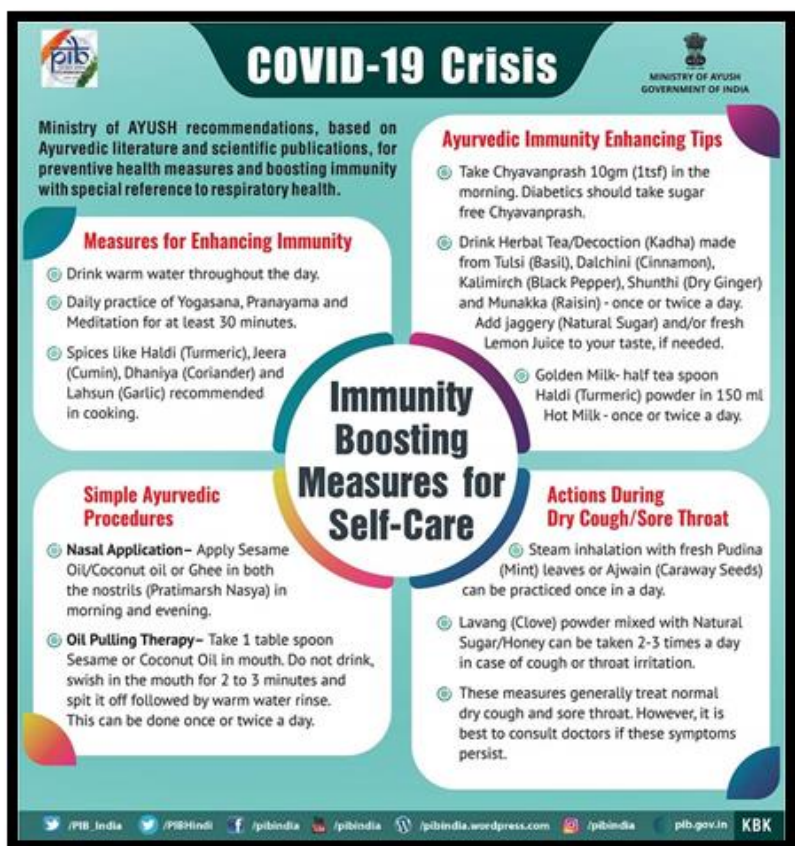


Imagen tomada del sitio de Internet del Ministerio de Ayurveda, Yoga, Unani, Siddha y Homeopatía (AYUSH), Gobierno de la India³⁰

Como parte de los nuevos modos de ser y habitar la ciudad, el registro de sensaciones y emociones dinámicas cobra protagonismo, en tanto aquello que se percibe como barreras del entendimiento resulta superado mediante experiencias transformadoras. “¿Qué siento en este momento?” es un interrogante rector que quita relevancia al posicionamiento exclusivamente racional sobre lo que acontece.

En los mundos de las celebridades y de la política con mayor resonancia en el nivel local también se pueden encontrar signos de este acercamiento a un paradigma posracional/no occidental.

Calu Rivero es una actriz e *influencer* argentina difusora de un estilo de vida en el que la experiencia se ubica sobre el argumento, lo sensible sobre la razón, como forma superadora de

³⁰ Disponible en línea: <https://www.ayush.gov.in/>.

aproximación a la realidad. En enero de 2020, expresó en su cuenta de Instagram tras un encuentro espiritual que tuvo lugar en la exclusiva ciudad balnearia de Punta del Este (Uruguay):

Ver lo fresco, lo crudo, lo concreto, lo genérico, lo abstracto, lo categorizado. *Vivir más en el mundo real de la naturaleza que en el mundo verbalizado de los conceptos, prejuicios, estereotipos. Estar abierto a la experiencia. I'm from the illumination nation. Gracias por jugar*" (Instagram, @lacalurivero, 11 de enero de 2020. Destacado propio)

Pocos meses antes, en agosto de 2019, el entonces presidente de Argentina y candidato a la reelección Mauricio Macri interpelaba persuasivamente a los/as votantes en total sintonía con esta propuesta posracional y afectiva:

No se necesitan argumentos, no es necesario dar explicaciones. Es tu autoridad, tu confianza, tu credibilidad, las que tus relaciones valoren para acompañarte en tu decisión. Por eso yo te invito a publicar esta foto en tus redes. (Twitter, @mauriciomacri, 4 de agosto de 2019. Destacado propio).

La imagen que acompañaba la publicación era de Macri junto con la leyenda "Yo lo voto".

Como se verá más adelante al poner la lupa sobre la socialidad mediada por las redes sociales, su lógica propia tiende a exacerbar precisamente la consagración de la emoción sin argumentación.

Es notable cómo en cada época ciertas palabras condensan climas, sensibilidades y ejes de acción. En este sentido, la experiencia como circunstancia de alta concentración de emociones y sensaciones es un elemento destacado de la vida social contemporánea, que asume significados tanto positivos como negativos. En la introducción a la compilación *Un mundo de sensaciones. Sensibilidades e imaginarios en producciones y consumos culturales argentinos del siglo XXI*, Ana Wortman (2018) propone pensar que el imaginario social que se ha instalado en nuestro presente es aquel en que la vida se trata de tener experiencias, de capturar el momento, no pensarlo, sino experimentarlo. Esta aproximación experiencial —que elude una existencia circumscripita al entendimiento— atraviesa e hilvana situaciones sumamente diversas: una comida no convencional, organizada en diversos pasos en un ambiente especial ("experiencias

gastronómicas”), una clase de gimnasia, un show musical, un viaje, una pieza teatral (“experiencia teatral”³¹), experiencias en vivo —gratuitas, con valor pautado o “a la gorra virtual”— durante la pandemia por el virus COVID-19.



³¹ *Usted está aquí* fue una experiencia teatral que revolucionó la cartelera de teatro alternativo de CABA. En 2012, sus creadoras Natalia Chami y Rokina Bulacio Sak pusieron en marcha su primera edición en una casa de San Telmo. El sorprendente espectáculo invitaba al/a la espectador/a a salir de su rol clásico e involucrarse de una forma activa con los/as protagonistas y las diversas historias que van sucediendo. En 2013, esta experiencia innovadora tomó mucha más notoriedad con una nueva versión en Ciudad Cultural Konex.



La variada oferta de “experiencias” en CABA.

Esta elevación de la experiencia se concatena con un modo de vinculación con el tiempo que alimenta la búsqueda de sensaciones profundas en un instante, estallidos efímeros que van más allá de nuestras percepciones habituales. La experiencia está vinculada a la piel, a la conmoción, a una dimensión no racional ni instrumental de lo que se mira, se dice o se hace (Wortman, 2018, p. 12).

Al tiempo que lo sensorial se enaltece, la racionalidad se descubre como un obstáculo por sus efectos rígidos e inflexibles (Han, 2014, p. 71). El ejecutar juicios comienza a percibirse como una forma de limitación de la realidad y de reducción de perspectiva. Entra a brillar en escena la emocionalidad, de curso paralelo al libre despliegue de la personalidad, y se celebra la emoción como expresión de la subjetividad libre. Como ha quedado planteado, esta emocionalidad situacional y volátil circula por espacios heterogéneos. En el ámbito de las gerencias empresariales también se está produciendo un cambio de paradigma, por el cual las emociones son cada vez más relevantes. Los/as managers actuales se alejan del principio de comportamiento racional para concentrarse cada vez más en lo motivacional, cuyo fermento son las emociones positivas (Han, 2014, p. 74). Por su parte, los procesos de control de calidad de muchas empresas pasan a llamarse *customer experience*, e involucran la suma de todas las experiencias que una persona tiene sobre una compañía al relacionarse con ella de cualquier manera, tanto antes de ser su cliente como durante y después del vínculo comercial. Desde el

mundo publicitario se está al acecho de claves y ejemplos para emocionar, potenciados por las posibilidades de personalización que ofrece el *big data*.

Cada clase de yoga puede enmarcarse en esta perspectiva posracional en tanto constituye una invitación a poner en pausa el intelecto para estrechar el vínculo entre existir y sentir, atravesando una experiencia siempre distinta que suele componerse de momentos de meditación, conexión con sonidos de cuencos y aromas de inciensos, instancias activas y otras de máxima relajación. Pero el *súmmum* de la aproximación experiencial en el campo de las nuevas espiritualidades o espiritualidades heterodoxas se encuentra en los retiros o viajes transformadores. Esta oferta se plantea principalmente como un freno para reponer o equilibrar energías, una renovación que transforme la vida cotidiana, un alejamiento de lo urbano y un acercamiento a la naturaleza. Inspirarse, relajarse, disfrutar, aprender y conectar con uno/a mismo/a, potenciar la creatividad y la intuición son algunas de las promesas de estos viajes difundidos como “experiencias únicas”. Una instructora de yoga e *instagrammer*, que se autodefine como “maestra de intención en movimiento”, organiza y lidera viajes enfocados en la transformación personal, que combinan práctica de yoga y meditación, alimentación saludable, un entorno natural y mucho confort. El uso del inglés en los nombres de cada viaje o retiro —*Reseat experience*, *Balance experience*, *Essence experience*— o en expresiones como *Sold out* o *Check list* viajero es un elemento del *marketing* que evidencia el tratamiento mercantil de la espiritualidad, pero también un indicador del sector social al que se interpela. Cada viaje realizado a Colonia (Uruguay), Mar de las Pampas (Argentina), Tulum (México) tiene su sello singular, pero todos comparten un mismo “Manifiesto viajero” que incluye:

- Destinos naturales que inspiran.
- Alojamientos con estilo y diseño adaptado al entorno.
- Alimentación consciente y local.
- Actividades que potencian la creatividad y la intuición.
- Experiencias que te conectan con personas y mentes transformadoras.

En busca de vivencias y conocimientos de primera mano de tradiciones espirituales ancestrales, los viajes organizados por la fundación El Arte de Vivir representan la posibilidad de tener

experiencias transformadoras, centradas en las emociones, la alegría, el disfrute, la liberación del pasado —percibido como carga— y la apertura al sentir en cada instante.



VIAJES TRANSFORMADORES!!

¿Sabías que puedes viajar con El Arte de Vivir?

Cuidados por y de la mano de Beatroz Goyoaga u otros
Instructores igualmente preparados.



INDIA

HAZ DE TU VIDA UNA CELEBRACIÓN



PEKÍN

DISFRUTA Y HAZ DISFRUTAR, LA VIDA ES CORTA



BALI

TU SONRISA VALE TODO EL MUNDO Y MÁS...



JAIPUR

*CONÉCTATE CON TODOS EN EL MUNDO, PERO PRIMERO QUE TODO,
CONÉCTATE CONTIGO MISMO...*



HONG KONG
*SI PUEDES SALIRTE DEL PASADO EN CADA
 MOMENTO, ESTÁS LIBRE, ESA ES LA LIBERACIÓN...*



CENTRO INTERNACIONAL EL ARTE DE VIVIR
 BANGALORE INDIA
CADA INSTANTE DE TU VIDA VALE ORO DISFRÚTALO



SELVA NEGRA - ALEMANIA
VIVIR SIN ESTRÉS ES VIVIR SALUDABLE

***TODOS LOS VIAJES INCLUYEN PROGRAMAS DE
 MEDITACIÓN, RESPIRACIÓN,
 INSTROSPECCIÓN Y AVENTURA. "COMER, REZAR Y
 AMAR" ES POCO***

*CADA LUGAR Y RECORRIDO CON ÉXITO GARANTIZADO
 Y RESULTADOS MAGNÍFICOS*

Esta propuesta de turismo espiritual organizada por El Arte de Vivir y Sumu Travels no es la única, en tanto son tiempos de microsegmentación del mercado y también las experiencias transformadoras se conciben según *targets* sumamente específicos. Junto con Swarupa trips, El Arte de Vivir invita a otro perfil etario y social espiritual (que posiblemente converja con el interpelado por la propuesta anterior, en términos de una alta disponibilidad de capital económico) a “disfrutar de lo mejor de Uruguay de una manera especial: Surf - Yoga - Meditación - Respiración - Comida sana”.

Significantes como “wellness spa” o “eco posada” proliferan en el marco de un turismo espiritual o de bienestar que ofrece experiencias adecuadas para sectores profesionales que viven una vorágine cotidiana intensa, incluyendo entre sus servicios y propuestas: “descanso inteligente”, “desintoxicación y revitalización”, “manejo del estrés”, “resolución natural del sobrepeso” “despertar la vida”, “descontracturar física y emocionalmente”, “nutrir cuerpo y alma”. La alimentación es un aspecto central en las propuestas de turismo de bienestar, en

cuanto vía para la sanación de los cuerpos urbanos intoxicados por las presiones, los dispositivos móviles y las redes sociales.

A modo de cierre del presente apartado, cabe reflexionar en torno al vertiginoso ascenso del *mindfulness* en CABA. Su enorme aceptación, consolidada mediante su apoyatura en el discurso científico y su específica apelación a las neurociencias (conjunto de disciplinas científicas dedicadas al estudio del sistema nervioso), constituye un ejemplo de amalgamamiento de paradigmas, entre lo sensorial y lo racional. El Instituto de Neurología Cognitiva (INECO) ofrece como parte de sus actividades talleres de *mindfulness* e incorpora esta práctica en sus programas de tratamientos o de rehabilitación. El creador de INECO, el neurólogo, neurocientífico y político argentino Facundo Manes, dirige además el Instituto de Neurociencias de la Fundación Favaloro, por lo que se trata del referente de dos instituciones de vanguardia que lideran el campo de las neurociencias en América Latina. Manes escribió el prólogo del libro *Mindfulness. La meditación científica* (2017), escrito por Martín Reynoso, y expresó en diversas oportunidades su alta valoración de esta práctica de origen oriental como recurso psicológico y terapéutico:

El mindfulness es una técnica que se utiliza con fines terapéuticos y que ha ganado un creciente interés dentro del ámbito médico y psicológico. Derivado de las antiguas tradiciones del Oriente, se la conoce también como la meditación científica tras su sistematización y desarrollo por parte de Kabat-Zinn, que adaptó su formato para hacerlo compatible con nuestro contexto de vida occidental e inauguró una tendencia de someter a la investigación científica sus efectos y mecanismos. (Maslaton, 31 de mayo de 2019)

Para quienes conservan un mayor apego a la modernidad occidental, el prestigio o la garantía de la práctica resultan fortalecidos por las corrientes científicas y los/as médicos/as especialistas, quienes reconocen sus beneficios y les otorgan un baño de credibilidad. La penetración del *mindfulness* en el modelo médico occidental muestra que el ascenso del sentir y la apertura a Oriente no implican un borramiento de las cosmovisiones interiorizadas durante la modernidad en Occidente. Si existe la posmodernidad, su característica principal no es el

vencimiento de lo moderno, sino el ocaso de toda esfera de acción, teoría o concepto cerrado sobre sí mismo.

Fusionar para enriquecer

Así como se imbrican Oriente y Occidente, el lugar otorgado a las fusiones es un rasgo que caracteriza la circulación y el consumo de nuevas espiritualidades en CABA. *Se valora la posibilidad de no dejar nada de lado, de captar e incorporar toda la riqueza en todo lo circundante, alimentando el fenómeno de la desterritorialización, por el cual muchos bienes simbólicos se alejan de sus usos y significados de origen.*³² Este aspecto tan ligado a lo posmoderno, que resulta notable en la oferta cultural y gastronómica de CABA, se evidencia en el campo de las prácticas espirituales a través de propuestas como el *yoga-booty*³³-ballet, que surgió en Los Ángeles, California hace más de veinte años, y combina posturas de yoga con trabajo localizado sobre los glúteos y ejercicios de danza; el aeroyoga, variante en la cual se incluyen movimientos acrobáticos que se realizan sobre una hamaca formada por una tela; la fusión yoga-eutonía-bioenergética o la fusión pilates-yoga. Asimismo, la disposición de instructores/as y practicantes a mezclas y combinaciones se manifiesta mediante la incorporación de música nacional, como folclore o rock, en las clases de yoga.

Yo encontré la forma, creo, de meterte el Ohm Shanti Ohm más occidentalizado. Te trabaja el cuerpo porque chivás un montón y físicamente lo dejás todo, te trabaja el espíritu porque trabajás con intenciones y además te podés sentir en comunión con otras mujeres.
(Instructora de yoga, 29 años.)

³² Nuevamente cabe hacer referencia a la descripción que realiza Brooks (2000, p. 242) de la vida espiritual de los sectores altamente educados del capitalismo informacional. Aludiendo a un gran pastiche, el periodista canadiense-estadounidense compone la escena de una “mesa espiritual tipo buffet” disponible para “cucharear” de todo un poco.

³³ Principalmente en Estados Unidos, el término *booty* tiene la acepción de “nalgas” o “culo”.

El mundo que crean quienes se acercan a practicar yoga y meditación está repleto de fusiones y sincretismos que promueven la armonía en la diversidad, el encuentro entre lo autóctono y lo importado, en el marco de una espiritualidad laica, no dogmática y terapéutica que se recorre de manera individual con interés por lo plural. *En las antípodas de lo unívocamente definido*, se encuentran también muchas de las propuestas de turismo espiritual mencionadas en el apartado anterior, como “Move and Yoga”, experiencia de yoga en conexión con la naturaleza en Brasil, o “Wine and Yoga”, experiencia gastronómica y de yoga en la provincia argentina de Mendoza.³⁴

Quienes crean esta oferta de prácticas fusionadas han ido enriqueciendo una formación de base con otros recursos y disciplinas. Eutonía, bioenergética, yoga, astrología, cábala, constelaciones familiares, *mindfulness*, reiki, flores de Bach, lectura de registros akáshicos, decodificación biológica, danza y psicología se combinan de formas diversas en espacios desparramados por la ciudad, con una mayor concentración en barrios como Palermo, Belgrano, Barrio Norte, Villa Crespo, Almagro y Caballito. Algunas composiciones logran mayor penetración que otras en un público curioso e interesado y comienzan a extenderse. Actualmente en muchos consultorios psicológicos de CABA se integran recursos de la astrología, la bioenergética o las flores de Bach. Son espacios que se han renovado y abrieron sus puertas a propuestas anteriormente remotas, como la influencia de los astros o el poder de las afirmaciones. En particular, la dimensión que alcanzó la astrología en la vida cotidiana de muchas personas ha sido objeto de numerosos artículos periodísticos y revistas de ciencias sociales de Buenos Aires: “En algo hay que creer. La astrología y las ‘energías’, ¿el boom de creencias que viene a reemplazar a las tradicionales?” (Gualano, 24 de noviembre de 2019); “Astrólogos: los nuevos gurús de la generación millennial” (Reina, 8 de diciembre de 2018); “El Cielo las hará libres” (Viotti y Felitti, 2016). La astrología se encuentra actualmente integrada al abanico de disciplinas alternativas a las que muchos/as profesionales urbanos/as recurren para conocerse, encontrar respuestas y recibir orientación individual. La astrología psicologizada pisa fuerte en CABA, alejada de las predicciones de personajes mediáticos como Aschira, Lilly Sullos,

³⁴ Disponible en línea: <https://modoflow.com/viajes/>.

Horangel o Ludovica Squirru,³⁵ y mucho más centrada en el “yo presente”. Una astrología que maneja significantes de la época como bienestar, confort, flexibilidad o emprendedurismo, y se apropia del mundo virtual comprendiendo que las redes cumplen un papel fundamental para la interacción con el público *millennial*. Consultada por el diario *La Nación* (Reina, 8 de diciembre de 2018), Lucía Gaitán, astróloga e *instagramer*, asume que el *boom* en la generación nacida a finales de la década de 1980 tiene que ver con el ego: “Si bien se interesan por el medio ambiente y se muestran solidarios con distintas causas sociales, los *millennials* son (somos) egocéntricos. Y la astrología psicológica te habla desde tu individualidad, de tus particularidades. Desde lo que te hace especial”. Entre los/as más jóvenes, adquieren masividad las aplicaciones para seguir signos y fases de la luna, así como sitios de Internet y cuentas de Instagram que siguen desde sus *smartphones*. Hay personas/personajes más orientados al público femenino (@mia_astral), astrología transgénero (@transfemiastros) y propuestas orientadas a futuras mamás, que integran embarazo, parto y puerperio con ascendentes y lunas (@lunademadres). Revolución virtual y fusión de saberes para darle un toque *cool* a un estudio milenario. Si los/as más jóvenes exploran la astrología sin pretensión científicista, muchos/as adultos/as que quieren profundizar y separar niveles de información acuden a escuelas que proponen una formación de cuatro o cinco años. La Fundación Centro Astrológico de Buenos Aires se creó en 1961 y fue la quinta escuela de su tipo en el mundo, luego de las de Estados Unidos e Inglaterra: “Si en aquel momento solo un puñado de excéntricos se atrevían a decir que exploraban pseudociencias del cielo, en los últimos cuatro años se observa una verdadera explosión de matrículas: de 40 pasaron a ser 500 alumnos” (Gualano, 24 de noviembre de 2019). El contrapunto porteño que también vio crecer y diversificar su alumnado es Casa XI, que se fundó en 1987 y fue ganando terreno entre psicólogos/as y asociaciones psicoanalíticas. Según Silvia Neira, una de las docentes más antiguas de esa escuela, bioenergetista y terapeuta transpersonal,

las aulas se llenaron de jóvenes y hay más cantidad de varones que antes. La astrología se popularizó y es menos elitista. Creo que el interés se debe a que este lenguaje sagrado nos

³⁵ Astrólogos/as mediáticos/as de Argentina, públicamente conocidos/as por sus publicaciones de horóscopos y su presencia en televisión y medios gráficos desde inicios de la década de 1990.

ayuda muchísimo a comprender quiénes somos, participantes activos de esa búsqueda de respuestas. Desde las religiones, en cambio, pareciera que no hay mucho cuestionamiento posible, hay una única verdad a la que uno adhiere o niega. Desde esta mirada uno es protagonista del viaje de su vida y del desarrollo de aquello que es (Gualano, 24 de noviembre de 2019).

Fusionándose con el arte, la astrología llegó al Museo de Arte Contemporáneo de Buenos Aires (MACBA), en 2018, con el programa “Astrología en el Museo”, que incorporaba prácticas y conocimientos de esta disciplina para generar nuevos modos de acercarse al arte contemporáneo. El astrólogo y director de artes escénicas Martín M. Wollmann tuvo a su cargo las visitas guiadas mensuales que proponían un recorrido con mirada astrológica por una selección de obras del museo. “La astrología es el lenguaje de la energía, le pone palabras. Cada obra tiene vida propia y emana una energía distinta. Para el museo es una manera de atraer nuevos públicos y para mí es la manera de traer la astrología a otros ámbitos y expandir sus posibilidades, que la gente pueda poner un ‘filtro astrológico’ para mirar las cosas”, explicaba Wollman en una entrevista con el diario *La Nación* (Reina, 8 de diciembre de 2018), en la que ofreció también más detalles de esta propuesta, que durante los años 2018 y 2019 terminaba en la calle, con cerveza y DJ en vivo.



El MACBA, lugar de encuentro entre arte y astrología. Foto: gentileza de La Nación

Es posible plantear en este punto, que la aproximación a prácticas, ideas y consumos desconocidos o ausentes en las primeras etapas de socialización, así como la disposición a diseccionarlos y fundirlos, para luego generar nuevas combinaciones, resultan aspectos distintivos y de cierto esnobismo entre los sectores urbanos identificados con las clases medias. Esta idea acerca nuevamente el contexto que trazan y la propuesta conceptual que despliegan Güell y Peters (2012), en tanto ilustran el reconocimiento de nuevas líneas de diferenciación a partir de la libre combinación de símbolos objetivados, más o menos desterritorializados con respecto a sus ambientes originales de producción y uso. Símbolos que funcionan cada vez menos como aglutinantes sociales y cada vez más como medio para el forjamiento de identidades personales. Se registra entre los/as practicantes de yoga una apertura a lo integral, una alta valoración de las propuestas consolidadas y enriquecidas a partir de diversas perspectivas, y un entusiasmo por recorrer diferentes lugares para tomar lo mejor de cada uno (“ir tomando de cada parte lo que me corresponde, lo que me sirve o lo que me resuena”).

Las fusiones son hechos cotidianos e inevitables en un mundo completamente interconectado, en el que los/as yoguis urbanos/as adoptan con frenesí la consigna de “ir mechando”, “fusionar un poco”, “mezclar esto con lo otro”.

Yo en mi casa hago yoga con folclore. ¿Por qué hay que hacer yoga con música hindú? ¿Quién dijo que en Buenos Aires hay que poner música hindú cuando hacés yoga? El yoga se va a ir convirtiendo en otra cosa en Buenos Aires y también en otras ciudades. Además, hay posturas que no tienen que ver con nuestros físicos y no tienen que estar en una práctica para mí. Porque son peligrosas. Yo me he lesionado una rodilla por hacer unas posturas que están diseñadas para cuerpos que las hacen desde que tienen 7 años. Entonces, si hay algo que me inquieta es buscar mi manera de hacer yoga en Buenos Aires. (Músico e instructor de yoga, 46 años.)

Así, al tomar distancia de lo puramente mental y buscar adentrarse en el cuerpo de una manera nueva y diferente, al descubrir nuevas sensaciones, emociones y formas de moverse, una práctica va llevando a otra y muchas veces, sean fusionadas o no, se encuentran en la misma grilla semanal de actividades: yoga combinado con bioenergética dos veces a la

semana y una clase semanal de una danza centrada en la expresión de emociones y en la conexión con las energías y los elementos de la naturaleza (como danza afro o biodanza³⁶), o bien, yoga dos veces a la semana más una sesión semanal de psicoterapia con herramientas de bioenergética, o bien, sesiones semanales de psicoterapia astrológizada o de astrología psicologizada.

Tiene aquí cabida la noción de *cosmopolitismo estético* (o *esteticismo cosmopolita*), concepto desarrollado por Bekesas, Riegel y Vercesi Mader (2016) para aludir a una disposición cultural registrada entre los/as jóvenes universitarios/as de la ciudad de San Pablo, que implica una postura estética e intelectual de apertura a pueblos, lugares, ideas y experiencias de diferentes culturas. El cosmopolitismo estético supone una ampliación de los márgenes de la experiencia cultural. Frente al consumo globalizado, se abre un enorme abanico de posibilidades en cuanto a formas de reappropriación local que, incluso, pueden dar lugar al desenvolvimiento de posturas reflexivas y formas de participación. Las clases de yoga constituyen hábitos culturales que se mueven entre su condición actual de experiencia global y unificadora, y sus procesos de reappropriación. La globalización en el plano del consumo cultural, plasmada en la creciente circulación de contenidos y prácticas culturales provenientes de diferentes continentes, profundiza un cosmopolitismo estético definido, por una parte, por una fuerte atracción y curiosidad en relación con prácticas culturales y productos exóticos de diversos lugares, y, por otro lado, por su hibridación con formas culturales nacionales o con apropiaciones individuales localizadas. Es interesante que en su planteo, Bekesas, Riegel y Vercesi Mader (2016) se ocupen de señalar que la experiencia estética cosmopolita no necesariamente se transforma en reflexividad o sentido de responsabilidad con realidades sociales de los lugares exportadores de cultura. Es decir, la incorporación del yoga como actividad regular, que puede resultar acompañada de una inmersión en pautas de alimentación y de gestión del bienestar indios, atracción por la música y por objetos decorativos propios de la India, no implica ningún involucramiento con el panorama de inequidad social que ofrece el capitalismo de ese país, en donde el 1% más rico de la población posee el 51,5% de la riqueza

³⁶ Técnica y terapia en la que se utiliza música, movimiento y situaciones de encuentro en grupo para profundizar el autoconocimiento. Busca promover en cada uno/a la capacidad de profundizar los lazos con las emociones propias y su expresión, así como también con los/as otros/as y con la naturaleza.

nacional, mientras que el 60% más pobre se reparte el 4,7% (Roberts, 19 de mayo de 2019). En forma de oxímoron, el capitalismo estético también carece de sensibilidad social. El sentido estético desatado, la centralidad de la experiencia sensible que mantiene a flote el orden social actual, se sustrae de la cuestión social, para fundamentarse en resolver todas aquellas cuestiones que puedan aportar belleza a la propia vida, percibida como obra de arte para modelar a partir de la enorme oferta cultural que ofrece el ambiente urbano.

La idea de mundo global se sostiene en los intensos flujos de circulación de capital, personas, prácticas culturales e información, y permea en los/as integrantes del universo del yoga y la meditación en CABA, entre quienes se registra un mayor sentido de pertenencia a lo global que a lo nacional. Se asumen integrantes de una realidad global en la que el yoga ha dejado de ser una cosa rara para ser una tendencia, que solo los/as más esotéricos/as pueden asociar con “un despertar de la conciencia humana”, “una revolución planetaria” o “el inicio de una nueva era superadora”. En la edificación selectiva de sus estilos de vida, son las personas quienes traccionan los procesos de acoplamiento cultural. La globalización favorece la difusión de tradiciones, ideas y prácticas que antes eran accesibles para unos/as pocos/as, pero que hoy están al alcance de quien cuente con las condiciones de posibilidad para dar cabida a sus curiosidades y motivaciones.

Creo que la gente viaja muchísimo más. Además, tiene más información. Antes quizás, estas prácticas eran como mucho más restringidas al que tenía la posibilidad de acercarse o de obtener información, estaban más en grupos pequeños. Creo que también la globalización acercó muchas culturas en general, comemos un montón de cosas, hacemos un montón de prácticas, yoga, medicina china... (Instructora de yoga, 33 años.)

Para aquellos/as que tienen la posibilidad de viajar —jóvenes que emprenden un itinerario de algunos meses abriendo un paréntesis que marca la clausura definitiva de la adolescencia y la inmersión en la vida adulta—, la vuelta a la ciudad invita a poner en práctica nuevos aprendizajes que permitan transformar la existencia cotidiana en un entorno urbano acelerado y hostil.

La ciudad, obstáculo para la vida buena

—Sí..., no me has hablado de tu pintura. ¿Qué coño es lo que tu pintas? No me digas que como

Rembrandt... —Elías Kaminsky sonrió.

—No..., pinto paisajes urbanos. Edificios, calles, paredes, escaleras, rincones... Siempre sin figuras humanas. Son como ciudades después de un holocausto total.

—¿No pintas personas porque está prohibido para los judíos?

—No, no, ya eso no le importa mucho a nadie... es que quiero representar la soledad del mundo contemporáneo. En realidad en esos paisajes hay personas pero son invisibles, se han hecho invisibles. La misma ciudad se los ha tragado, les ha quitado su individualidad y hasta su corporeidad. La ciudad es la cárcel del individuo moderno, ¿no?

Conde asentía mientras probaba su añejo.

—¿Y dónde los invisibles encuentran su libertad?

—Dentro de sí mismos. En ese lugar que no se ve, pero existe. En el alma de cada uno.

Leonardo Padura. *Herejes* (2017).

Si la ciudad supo ser representada como un lugar aspiracional, al que personas con distintos sueños arribaban con profusa esperanza, hoy cobra vigor la representación de la ciudad como espacio viciado y opuesto a “lo natural”: atributo, valor y experiencia en ascenso. En este sentido, puede desarrollarse otra línea explicativa del *boom* del yoga y la meditación, relacionada con la consideración del entorno urbano como un obstáculo para una vida buena, plena y en paz, y la consecuente búsqueda de bálsamos o pequeñas suspensiones al perturbador caos. Buenos Aires ofrece un conjunto heterogéneo de prácticas desintoxicantes que tácitamente aluden a lo perjudicial de la vida urbana. El auge de las iniciativas “detox” se ha venido manifestando en formatos diversos. A los jugos y las máscaras desintoxicantes y purificantes se han sumado nuevos productos y propuestas. En 2017, se emitieron simultáneamente las publicidades de las marcas de shampoo Pantene, Sedal y Elvive, en las que presentaban sus respectivas y novedosas líneas capilares “detox”. Por entonces también tomó forma la idea de “detox digital”, dando lugar al acondicionamiento de espacios o “spa urbanos” para la desconexión digital, como respuesta terapéutica frente al reconocimiento de un uso

excesivo de los dispositivos electrónicos y de Internet (“Siesta tech: la moda de los spas de detox digital”, 30 de septiembre de 2016). Durante esos años, en CABA, algunos restaurantes comenzaron a realizar descuentos a aquellos clientes que no utilizaran el celular durante la comida, asumiendo el avance de la tecnología en las mesas de encuentro como otra práctica tóxica urbana (Ríos, 30 de mayo de 2015). Por aquí pasan algunas de las alternativas que se han ido sumando a la práctica de yoga y meditación para atenuar los efectos de una vorágine porteña enloquecida. Paliativos frente a un panorama inevitable, con rasgos cada vez más exacerbados.

En 2020, durante la pandemia por el COVID-19, como parte de la proyección de un refugio en lo natural que atenúe el rasgo tóxico, y ahora también riesgoso, del entorno urbano, creció abruptamente la venta de plantas para interiores en muchas ciudades (“Crece venta de plantas para interiores durante la pandemia”, 16 de agosto de 2020; Marantos, 1 de junio de 2020; “Ventas de plantas de interiores permite a viveros superar efectos de pandemia”, 4 de octubre de 2020). En dicho contexto, la *Revista Anfibia* presentó en su podcast “Muy en una” un programa dedicado a “La fantasía pospandémica de huir de la ciudad”,³⁷ en el que se reconocía como punto de partida que la pandemia y la posibilidad de hacer teletrabajo llevó a muchas personas a pensar, durante la cuarentena, un cambio hacia una vida más tranquila, apacible y alejada del contagio del virus. “¿Y si me voy a vivir a otro lado? ¿Y si pruebo en la playa? ¿En la montaña? ¿En aquel pueblo de la infancia?”, fueron algunos de los interrogantes disparadores de este episodio centrado en la ilusión de muchos/as de abandonar el epicentro del caos. “Tener una vida más saludable”, “más relajada”, “en contacto con la naturaleza” son algunas de las consignas que motorizan la búsqueda de nuevos estilos de vida lejos de CABA, a las que en el contexto pandémico se sumaron las bondades inmunológicas que hasta entonces no habían sido consideradas.

Entre quienes no encaran proyectos de éxodo a entornos naturales, pueblos pequeños o ciudades intermedias, el yoga y la meditación se encuentran posicionados como acciones estratégicas en la búsqueda de una vida feliz y reducida en toxinas en contextos urbanos. Hay una intención explícita de “poner un freno” (hallar una “sanación”, una “bocanada de aire”, un

³⁷ Disponible en <http://www.revistaanfibia.com/podcast/episodio-12-la-fantasia-pospandemica-de-huir-de-la-ciudad/>.

“paliativo”) al “ritmo enfermo de la ciudad”, al “ritmo del capitalismo”, representado en imágenes como la del “subte lleno de gente” o en la “alienante” acción cotidiana de ir a “trabajar y marcar tarjeta”. La masividad del fenómeno es entendida y asumida como una respuesta individual a una “época de ansiedades” y a un modo de vivir en el cual cada uno/a debe enfrentar como pueda sus angustias.³⁸

Las entrevistas realizadas entre 2017 y 2019 a practicantes e instructores/as de yoga, meditación o bioenergética permitieron un mayor desarrollo de esta percepción de la ciudad como escenario violento, acelerado, egoísta, loco, impulsivo, contaminado, ruidoso que despierta en sus habitantes la búsqueda de un refugio o, al menos, una pausa para luego seguir en el ruedo:

¿A qué se debe que estas prácticas se han extendido tanto en los últimos años? A la locura en la que vivimos sobre todo. Hay una crisis importante por el ritmo en el que vivimos, el nivel de exigencia, la muy poca pausa. No tiene que ver tanto con lo espiritual como con el ritmo de la naturaleza. Es anti todo la forma en que vivimos en la ciudad. Entonces hoy en día todo esto es una forma de mínima resistencia. Primero, desde lo personal, es como una forma de resistencia y un deseo de llegar a vivir más tranquila y conectada con ritmos más orgánicos y pausas. Desde lo colectivo no sé, creo que hasta se puede relacionar con la crisis de los partidos políticos. Hay búsquedas que pueden ser más profundas y cosas que pueden ser más superficiales, pero en cualquier caso es como que las necesidades insatisfechas van ahí. Necesidad de creer, necesidad de compañía muchas veces, creo que hay gente que está sola y tiene necesidad de trabajar ciertos vacíos. Creo que hay un vacío importante que genera esta rutina loca y medio enajenada. También una sociedad de mucha competencia, mucha agresividad y falta de confianza y de autoestima colectiva muchas veces. Frente a todas esas emociones, hábitos, pensamientos negativos y adicción a cosas que no hacen bien, como la violencia, el miedo, el estar a un ritmo más rápido del que uno puede, la falta de conexión con la naturaleza, con los tiempos internos, toda esa acumulación hace que la gente necesite un espacio. Puede ser más superficial o más profundo, pero todas son como lucecitas y posibilidades de un registro distinto que pasa tan rápido como la vida, se termina adaptando

³⁸ El comillado refiere a las ideas tomadas textualmente de los participantes de los cuatro grupos focales realizados a mediados de 2015.

a este ritmo. No termina de permear en la vida cotidiana sino que son como pequeños momentitos en el marco de esta vida loca que estamos llevando. (Instructora de bioenergética y practicante de yoga, 34 años.)

De la vida en la ciudad —en el marco del capitalismo digital— también agobia la lógica de lo ilimitado y el estímulo al/a la consumidor/a insomne. En *24/7. El capitalismo tardío y el fin del sueño*, el crítico de arte y ensayista estadounidense Jonathan Crary (2015) plantea que el siglo XXI instala en las ciudades cambios en las configuraciones del sueño y la vigilia. Su diagnóstico en relación con el lugar del sueño en un capitalismo transformado por las nuevas tecnologías señala una disparidad entre la conectividad electrónica ilimitada y los límites naturales de la corporalidad y la finitud física. Explica Crary que si bien el sueño siempre ha sido poroso y ha estado impregnado de la actividad desarrollada durante la vigilia, hoy está más desprotegido que nunca de agresiones que lo corroen y disminuyen. A pesar de estas degradaciones, el sueño es la recurrencia en nuestras vidas de una espera, de una pausa; afirma la necesidad de un aplazamiento y de una recuperación, así como la posibilidad de una reanudación. El sueño es una remisión, una liberación de la “continuidad constante” de todos los senderos en los que se está inmerso/a durante la vigilia. Requiere la retirada de redes y dispositivos, y habilita la entrada en un estado de inactividad e inutilidad. Es una forma de tiempo que lleva a otra parte, más allá de las cosas que se poseen o se creen necesarias. En la modalidad 24/7 —que es esencialmente urbana— persisten las más conocidas unidades que señalan duración (como “de 9 a 17 horas” o “de lunes a viernes”), pero se superponen con otras prácticas de gestión del tiempo, que son posibles gracias a redes y mercados que funcionan las 24 horas, los 7 días de la semana. El individuo está constantemente ocupado, interconectado, comunicándose, interactuando, respondiendo o procesando algo en Internet. Con tono desalentador, el autor afirma: “Un entorno 24/7 tiene la apariencia de un mundo social, pero en realidad es un modelo no social de rendimiento propio de máquinas y una suspensión de la vida que no revela el coste humano que se necesita para mantener su eficacia” (Crary, 2015, p. 20). La cuenta bancaria y las amistades pueden manejarse a través de operaciones y gestos maquínicos idénticos, lo que da cuenta de una homogeneización creciente de lo que solían ser áreas desvinculadas de la experiencia.

A través de las posibilidades ilimitadas de personalizar los consumos culturales, quienes mantienen cercanía física pueden habitar universos incomunicados. No obstante, la gran mayoría de estos micromundos, a pesar de sus diferencias en lo que hace a los contenidos, tiene una monótona semejanza respecto de sus patrones temporales y sus segmentaciones (el consumo de contenidos audiovisuales en plataformas como Netflix ejemplifica esta idea). Para los/as profesionales urbanos/as no existe momento, lugar o situación en los que resulte complicado comprar *online* o utilizar los recursos de Internet. Mientras tanto, la lógica 24/7 desactiva la visión a través de procesos de homogeneización, redundancia y aceleración. Es por ello que, en lugar de una expansión de las capacidades mentales y perceptivas, para Crary hay una notable y creciente disminución de ellas. En las ciudades donde resplandece el capitalismo 24/7 se agota de modo inexorable la sociabilidad fuera del interés individual, se torna irrelevante el espacio público como base de acción interhumana y se propaga la insularidad digital (Crary, 2015).

En lo que se distingue como un espacio multitudinario de desencuentro con la naturaleza e indiferencia entre seres humanos, el encuentro con el ser interior o la conexión con uno/a mismo/a se despliegan como recursos para acercarse a la plenitud.

A través del concepto de *eudaimonia* —compuesto de las palabras *eu* (“bueno”) y *daimōn* (“espíritu”)— la filosofía griega contribuyó a posicionar la “vida buena” como objetivo fundamental de la existencia humana: una vida próspera, lograda, plena. En *Ser y tiempo* (1927), Heidegger propone al *Dasein* como existencia ideal de vida buena, a la vez que denota que, en su cotidianidad, este se encuentra bajo el dominio del *uno*. La “dictadura del uno”, tal como la describe Heidegger, puede ser retomada en el marco del presente apartado como una manifestación propia de la vida en la ciudad:

Sin llamar la atención y sin que se lo pueda constatar, el uno despliega una auténtica dictadura. Gozamos y nos divertimos como se goza; leemos, vemos y juzgamos sobre literatura y arte como se ve y se juzga; pero también nos apartamos del montón como se debe hacer; encontramos “irritante” lo que se debe encontrar irritante. El uno, que no es nadie determinado y que son todos (pero no como la suma de ellos), prescribe el modo de ser de la cotidianidad (Heidegger, 2016 [1927], p. 131).

Al preguntarse cuáles son los caracteres existenciales del estar-en-el-mundo cuando se mueve en el modo de ser del *uno*, Heidegger expone las ideas de *habladuría*, *curiosidad* y *ambigüedad*. La primera delinea un escenario en el que el convivir involucra el hablar de unos/as con otros/as, así como las resonancias de lo hablado, que suele ser expansión sin fundamentos y jactancia de comprensión respecto de aquello de lo que se habla. Lo que fue explicado por Heidegger como *curiosidad* alude a la primacía perceptiva del ver, es decir, la consagración de la vista como sentido hegemónico. Curiosidad y habladuría son presentadas como dos modalidades —modos de ser cotidianos del discurso y la visión— que se arrastran la una a la otra: “La más bulliciosa habladuría y la curiosidad más ingeniosa mantienen el ‘quehacer’ en marcha, allí donde cotidianamente todo sucede y en el fondo, no sucede nada” (Heidegger, 2016 [1927], p. 176).

Esa marcha incesante, cíclica y alienante —tan propia de la vida urbana— es objeto de crítica por parte de quienes, desde el universo del yoga, apuestan a una existencia distinta:

Hay muy poco tiempo que uno se puede dar todos los días para dejar el trabajo y comenzar tu vida propia. O estás cansado y te tirás a ver televisión o una película, entonces vivís a través de la vida de otro. Es mucho más fácil si venís cansado comprar la comida hecha, pero el hecho de que te pongas música, empieces a cortar la cebolla y te conectes con eso es otra cosa. Vos estás cocinando para vos, para tus hijos, es un arte. Y eso se pierde en medio de toda esta vorágine. (Instructora de yoga, eutonía y bioenergética, 67 años.)

La noción de *ambigüedad* tal como la desarrolla Heidegger responde al concepto contemporáneo de *posverdad*: cuando en el convivir cotidiano la posibilidad de cualquiera de decir cualquier cosa vuelve imposible discernir lo auténtico. Heidegger sostiene que la ambigüedad impacta tanto sobre el mundo como sobre la relación del *Dasein* consigo mismo.

Son estas las condiciones —potenciadas por las tecnologías contemporáneas— en las que el ser urbano sale en busca de un bálsamo:

Veo los recursos concretos que generan estas prácticas, como alivio o salirse un poco del estrés o de la locura de vivir en la ciudad. Pero creo que no son la espiritualidad. Son calma, descarga, aprender técnicas para no volverse loco... para mí la espiritualidad es otra cosa. (Instructora de yoga, 52 años.)

Me parece que la gente va probando cosas en las ciudades. Obviamente necesita deporte, necesita distenderse del trabajo de distintas maneras. Las más cómodas y las que requieren menos esfuerzo son prender una televisión, charlar con un amigo, etc., etc. Creo que el ritmo de la ciudad termina empujando a las personas a una situación casi diría de sentirse abrumados. Una manera es descargar. Jugar al fútbol, ir a la cancha, gritar, tomar mucha cerveza. Me parece que a mucha gente no le termina de funcionar eso porque le termina haciendo mal al cuerpo. Terminás descargándote. La gente que grita los goles como sacando una angustia de adentro, que vos decís “eso no es pasión, no es folclore” es una garcha para mí. Entonces, qué pasa con el yoga, bueno... te hacés cargo un poco de todas las tensiones que estás mandando al cuerpo, al trapecio, al hombro, usando el celular. Yo viví en Misiones y a pesar de que hice yoga ahí, hice algo más específico para curarme la espalda, pero realmente la gente no hace yoga en el campo. ¿Por qué? Porque el yoga en el campo termina siendo caminar, respirar a otro ritmo, contemplar. Me parece que en Occidente está muy ligado a las ciudades. Es un complemento necesario para la vida en la ciudad. Un cuentito corto, vino una vez una pareja de ingleses a la posada de Misiones cuando yo trabajaba ahí, que habían sido los primeros que habían puesto un almacén orgánico en Londres. Eran recontra pioneros y la chica hacía yoga. Entonces, en un momento estaba recomendando una postura y tocó las espaldas de tres o cuatro personas que estábamos ahí, estaban todas duras, “gente que vive en la ciudad” dijo, vino, me agarró mi espalda, que era como de goma, me dijo “vos no necesitás nada”. Estaba todo blando. ¿Por qué? Porque vivía en el campo. Tenía muchísima menos tensión que una persona viviendo en la ciudad. (Músico e instructor de yoga, 46 años.)

En *Ser y tiempo*, Heidegger diferencia el acontecer de la comunidad o del pueblo al que designa un *destino común* (*Geschick*), de la suma de destinos individuales, así como entiende que el *convivir* es diferente al mero estar-juntos de varios sujetos. En el marco del ejercicio de interpretación de la huida de la ciudad —autoimpulsada, imaginaria, transitoria— que se

concreta actualmente mediante prácticas y discursos espirituales, esta idea puede relacionarse con la distinción que establece Tönnies (1947 [1887]) entre comunidad y sociedad en su libro homónimo. Al presentar este tema, Tönnies propone pensar las relaciones orgánicas como esencia de la comunidad —que es vida en conjunto—, en tanto las relaciones concebidas como formación ideal y mecánica serían esencia de la sociedad —entendida como mera coexistencia de personas independientes entre sí—. Tomando esta propuesta, resulta notable cómo frente a una existencia situada en el aislamiento desde el cual cada uno/a es responsable de gestionar su propia vida, se consolida en la ciudad la necesidad de ser parte de algo mayor (“universo”, “cosmos”, “naturaleza”, “trama”), de con-formar, de dar forma con otros/as a algo trascendente.

Vos ingerís una sustancia que va a generar cambios químicos en tu organismo, particularmente en tu cerebro y ahí el estado no ordinario de conciencia se va a hacer muy evidente y eso va a ofrecer una visión distinta de un montón de cosas en tu vida, entre ellas esa sensación muy profunda de ser parte de una trama. Pero no el piriripí sanatero de “somos todos uno”, sino desde un lugar muy claro y muy concreto. (Organizador de ceremonias de ayahuasca, estudiante de astrología y de terapia bioenergética, 50 años.)

Nosotras estamos tejiendo un entramado en esta conversación, con tu energía y tus formas y yo con la mía y en el medio el entramado. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

En plena ciudad, se despierta la intención de enredarse con otros/as, perforar los compartimentos estancos que dividen la existencia de cada uno/a de la de los/as demás, percibirse como parte de la naturaleza, reconociéndola como energía unificadora, admirando cada vez más sus procesos y respetando cada vez más sus tiempos, distintos a los de la sociedad de consumo (manifestación intrínsecamente urbana). La naturaleza es un concepto central para pensar el *boom* de una nueva espiritualidad en CABA, que abre una posibilidad de escape para salir o tomar distancia del plano material consumista, sin que eso signifique el involucramiento con posicionamientos críticos.

Y la música que hago no está relacionada con el rock, ni con una descarga. No son canciones que hablan de la injusticia, ni la bronca... no. Están más relacionadas al yoga, a lo meditativo, a la naturaleza, a la tierra, al camino... de hecho ninguna de mis letras habla de la ciudad por ejemplo. Ninguna. (Músico e instructor de yoga, 46 años.)

La sociedad, que Tönnies asocia con la cultura urbana, es un artefacto mecánico signado por lo aparente y lo pasajero, frente a la comunidad entendida como organismo vivo, vida en común duradera y auténtica. La comunidad, que es presentada por el autor como lo opuesto a lo social/urbano, existe ante todo como relación de cuerpos allí “donde quiera que se encuentren seres humanos enlazados entre sí de un modo orgánico por su voluntad y afirmándose recíprocamente” (Tönnies, 1947 [1887], p. 33). La comunidad es unidad de lo diferente, posesión y goce de bienes comunes, como también sufrimiento de males comunes. Mientras que la sociedad se ubica en las ciudades —espacio de lo superfluo—, la comunidad que describe Tönnies habita en el campo —lugar de lo indispensable— y se desenvuelve según el modo de vida de familia:

Mientras que en la comunidad permanecen unidos a pesar de todas las separaciones, en la sociedad permanecen separados a pesar de todas las uniones... cada cual está para sí solo, y en estado de tensión contra todos los demás. Las esferas de su actividad y de su poder están rigurosamente delimitadas, de suerte que cada cual rechaza contactos e intromisiones de los demás, considerándolos como actos de hostilidad... Nadie hará o prestará algo a los demás, a no ser a cambio de una contraprestación o contradonación que él considere por lo menos igual a lo por él dado. Y hasta es necesario que lo considere más ventajoso que si hubiese conservado lo que ya tenía, pues solo la obtención de algo que le parezca mejor podrá inducirle a desprenderse de un bien (Tönnies, 1947 [1887], pp. 65-66).

A punto de entrar en el siglo XX, Tönnies se atreve a plantear que no existe bien común en el ámbito de la sociedad, en tanto esta es pensada como una agregación de individuos cohesionados por una mera convención incapaz de contribuir a la superación de la hostilidad latente. La regla suprema de toda socialidad sería la cortesía que se plasma en intercambios que aparentan la disposición de unos/as para con los/as otros/as, cuando ciertamente cada cual

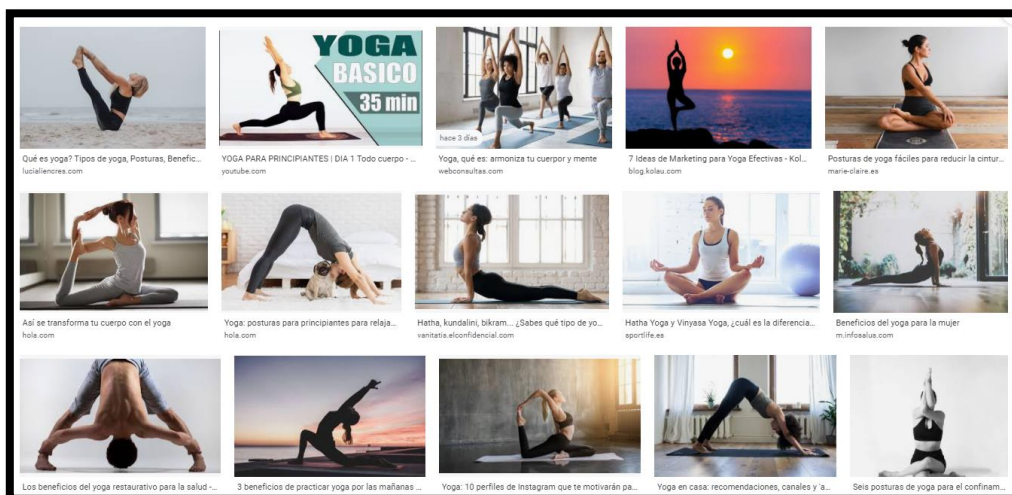
piensa en sí mismo/a. Las personas sueltas entran en contacto y proceden a intercambiar, sin que surja entre ellas voluntad comunal que no resulte esporádica. El contraste entre comunidad y sociedad (campo y ciudad) radica entonces en la oposición entre un ordenamiento basado en la coincidencia de voluntades y otro fundado en la convención. Afirma Tönnies que “la ciudad es la forma más elevada, es decir la más complicada, de la convivencia humana en general” (Tönnies, 1947 [1887], p. 307). Se encuentra signada por la celeridad y la ambición, rasgos que son destacados por muchos practicantes y/o instructores/as al momento de explicar su acercamiento a discursos y prácticas espirituales como el yoga y la meditación.

Es muy irregular vivir del modo en que vivimos en las ciudades, aglomerados, levantándonos a determinada hora para ir a cumplir un horario... se hace necesario descargar todo ese nivel de estrés y ansiedad que acumulamos en el día. Pasa en Buenos aires pero pasa en ciudades chicas también, porque todos tenemos que cumplir con rigideces del sistema para poder sostener un alquiler. Lo que me parece que sucede con este tipo de herramientas es que a medida que la gente las va probando son claramente valiosas y efectivas para poder recuperar un poco de armonía interior, a pesar de cómo vivimos. Cuando yo voy a la mañana a trabajar, por ejemplo, el tráfico es una cosa tremenda y yo lo único que puedo pensar es cómo puede ser que hagan que todas las personas salgan a la misma vez a su trabajo. Una organización tan desorganizada. Muy maquinaria. Y me parece que esos ritmos medio impuestos desde afuera se terminan replicando en todas las ciudades grandes. La gente va toda a la misma hora al supermercado y hacen compras con la lógica del consumo extremo, van todos a la misma hora a laburar... la diferencia es que en una ciudad como Neuquén está la posibilidad de alejarse un poco durante el fin de semana, por ejemplo. Se puede ir caminando al río. Es mucho más accesible. Tenés vías de escape todavía. He estado en Córdoba y me parece que también es una ciudad que vive de ese modo, con un trajín todo acelerado, apurado. Lo he visto en La Plata. Me parece que la ciudad propone relaciones que se dan generando cierta distancia entre los unos y los otros, y me parece que las disciplinas como el yoga o la bioenergética proponen un grado mayor de intimidad entre quienes las practican. Una intimidad que no debería asustarnos porque es en realidad de humano a humano, pero que creo que asusta cuando uno está muy infectado con un estilo de vida más clásico. (Instructor de bioenergética, 34 años.)



Línea de subte B, Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Fotos: C. Duer (año 2019)

Mujeres que habilitan sus procesos emocionales



Captura de pantalla de las primeras 15 imágenes que aparecen en Google al ingresar la palabra “yoga” (año 2020)

En lo que se refiere a los aspectos visuales, el yoga suele asociarse con un cuerpo femenino delgado y estilizado. Pero más allá de lo iconográfico, ante el reconocimiento unánime de una amplia prevalencia de mujeres en los espacios de prácticas como yoga, meditación o bioenergética, emerge la cuestión de género con su aporte explicativo en los cambios en la vida de las mujeres de sectores urbanos identificados con las clases medias. Se trata de mujeres exigidas desde diversos planos, más libres de mandatos que las de generaciones precedentes (con mayores niveles de individuación), mujeres fuertes y sensibles que participan del mercado

laboral conservando una responsabilidad mucho mayor a la de los hombres en las tareas domésticas y de cuidado.³⁹

La inequidad de género sigue siendo una realidad injusta en CABA. Las mujeres encuentran truncadas sus oportunidades de desarrollo por falta de políticas de cuidado y son las principales víctimas de variadas expresiones de violencia en diversos ámbitos. A contrapelo de esta composición que pone a las mujeres en un lugar de vulnerabilidad, el ámbito de las prácticas espirituales las presentan como *personas más abiertas y dispuestas a habilitar sus procesos emocionales*.

En la encuesta realizada a mediados de 2020, la idea de “Detener los pensamientos y conectar con el sentir” fue escogida por el 20,9% de los/as practicantes entre cinco opciones posibles para responder la pregunta: “¿Cuál es la razón principal por la que hiciste o haces yoga?”. Esto varía si se reduce la muestra exclusivamente al universo masculino, en tanto solo el 12,2% identificó esta como la razón principal de su práctica.

³⁹ La Encuesta Anual de Hogares Urbanos (EAHU) es un operativo que lleva a cabo el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC), durante el tercer trimestre de cada año, desde el año 2010. En su edición de 2013, la EAHU incorporó un módulo de “trabajo no remunerado y uso del tiempo” con el objetivo de captar información con respecto a la participación y el tiempo destinado por las personas de 18 años y más a las tareas domésticas y al cuidado de miembros del hogar. El bloque de trabajo no remunerado constó de tres preguntas, todas con período de referencia del día anterior: 1) ¿Cuánto tiempo le dedicó a: limpieza de casa, aseo y arreglo de ropa, preparar y cocinar alimentos, compras para el hogar, reparación y mantenimiento del hogar?; 2) ¿Cuánto tiempo le dedicó al apoyo en tareas escolares a miembros del hogar?; 3) ¿Cuánto tiempo le dedicó al cuidado de niños, enfermos o adultos mayores, miembros del hogar? (incluye tiempos de traslado a actividades de cuidado).

Con la información recogida se construyeron tres indicadores:

- Tasa de participación en las actividades no remuneradas: calculada como porcentaje entre el total de personas que realizan determinada actividad y la población total. Se toma como criterio de participación haber hecho la actividad por lo menos durante una hora en el período de referencia.

- Tiempo social promedio: calculado como promedio entre el tiempo total que se dedica a determinada actividad y el total de personas encuestadas. Se expresa en horas y décimas.

- Tiempo promedio: calculado como promedio entre el tiempo total que se dedica a determinada actividad, y el total de personas que declararon haber realizado esa actividad. Se expresa en horas y décimas.

Los resultados relativos a la tasa de participación en las actividades no remuneradas en CABA mostraron una diferencia de casi 26 puntos porcentuales entre las mujeres (88,1%) y los hombres (62,6%).

TRABAJO NO REMUNERADO EN CABA

Mujeres:

Tasa de participación: 88,1%

Tiempo Promedio: 4,9

Varones:

Tasa de participación: 62,6%

Tiempo promedio: 3,3 (Rodríguez Enríquez, 2014).

Más allá de la mayor apertura y la menor intimidación frente al universo de signos, rituales y posturas que vienen de la mano de la práctica de yoga, para muchas mujeres el empoderamiento femenino puede realizarse a través del yoga. Allí se hace posible *un trabajo que trasciende el foco en la tonicidad de los músculos*, favoreciendo una conducta corporal sana y un equilibrio emocional que perdura y se instala más allá de la clase. Muchas mujeres se sienten empoderadas al gestionar su espiritualidad y resignificar lo sagrado en compañía de otras mujeres. Muchas responden cotidianamente a múltiples frentes y viven como una liberación la habilitación de un refugio espiritual. Las propuestas de retiros o viajes transformadores las convoca y las encuentra para *despojarse en comunión de los mandatos, las responsabilidades y las preocupaciones* relativas a sus trabajos, parejas, hijos/as. Se reúnen en torno a una práctica, conversan de lo que les pasa, comparten emociones, sensaciones y experiencias. Sin duda, constituye un privilegio social —aunque velado— contar con las condiciones de posibilidad de preguntas centrales en el camino del autoconocimiento como “¿Dónde quiero estar?” “¿Estoy eligiendo yo?” “¿Estoy siendo feliz?”.

Liberarse de todas las capas, de todas las presiones... siempre digo que tenemos muchas presiones en nuestro día a día. Tenemos que ser buenas madres, buenas mujeres, tenemos que ganar plata y si trabajamos mucho somos re *workaholic* y darle bola a la casa, tenés que sacar al perro y tenés a tu vieja que te dice que no sé qué... siempre cuento que este año que me casé en marzo, mi mamá me decía “bueno, vos sos la novia, tenés que comprarte zapatos de novia”. Y yo decía ¿qué es esto? ¿Qué es al final la novia?... ¿Qué es el zapato de novia? ¿Qué es esta presión de “el zapato tiene que ser blanco”? ¿Por qué tiene que ser blanco? Y yo misma me enfrentaba con los comentarios de mi vieja, de qué significaba ser novia. Yo tengo 29 años y puedo elegir qué zapatos me quiero poner. Hay tantas mujeres que por ahí se dejan llevar y se comen el personaje de novia. Y así te comés un montón de personajes en tu vida, ¿entendés? Y nunca frenás para preguntarte ¿esto que estoy haciendo me está haciendo feliz? ¿Realmente yo estoy eligiendo estar acá? Las mujeres que vienen a tomar mis clases sé que son mujeres que tienen un poder de decisión y de dónde quieren estar y de qué quieren hacer. (Instructora de yoga, 29 años.)

Sin bien hubo transformaciones notables, aún persiste la representación del yoga como “cosa de minas”. Muchos hombres se acercan con timidez, sabiendo que habitan un espacio urbano en el que están llamados a soportar la ansiedad y el estrés, “bancársela”, mientras que “las mujeres nos animamos a blanquear más esas cosas”, “para las mujeres es como una necesidad vital”. Los hombres parecieran tener más miedo a expresarse, a llorar. Hecho que se comprende a partir del discurso de varios practicantes que reconstruyen cómo desde chiquitos fueron convocados a ser duros y ocultar las emociones, edicto que en las ciudades globales hoy ya expone sus resquebrajaduras.

En las clases a las que iba en Palermo la proporción era de 8 a 2 más o menos. No sé si tiene que ver con el arquetipo de hombre que hay en Buenos Aires, que está más relacionado con el macho, con el tipo muy futbolero. Por más de que se lo tilde de folclore no me parece que el fútbol le haga muy bien a la gente en Buenos Aires. Es un deporte divino, espectacular, pero... ¡cómo se ponen los hombres con el fútbol! Llegan a un grado de estupidez... mirándolo, hablando de fútbol. Están todo el tiempo viendo muchos partidos de fútbol, se gasta un montón de tiempo ahí, después opinando de lo que vieron, después discutiendo. Es muy anormal ver dos personas que son de equipos distintos que no discutan. A lo que lleva es a lo mismo que la política. Blanco y negro. Está directamente relacionado también con la intolerancia, para mí es una gran pelota que hay en Buenos Aires, que no está buena. El yoga no entra en ese estereotipo. El yoga está más relacionado con lo femenino, con la flexibilidad, de hecho, los cuerpos los cambia más para ese lado. Mencioné esto del fútbol porque me acuerdo de que tenía un compañero de yoga que me decía que no les decía a sus amigos futboleros que hacía yoga porque lo iban a joder. (Músico e instructor de yoga, 46 años.)

Es interesante rastrear el modo en que esta apertura a las emociones por parte de las mujeres es registrada en la narrativa argentina contemporánea, particularmente en la obra de Manuel Puig. Un recorrido por *Pubis angelical* (1996 [1979]) proyecta un escenario en el que se despliega una figura masculina confinada a ser racional y dominante, menos impulsiva y sentimental, más cerebro y menos ternura. Partido de fútbol y telenovela se muestran como dos concepciones diferentes de la vida. Trasladando esta idea al universo que conforman los

discursos y las prácticas espirituales expandidos en los últimos años en CABA, allí también se reconocen energías masculinas y femeninas. Lo etéreo, lo sensible, lo introspectivo son atributos asociados a la energía femenina. Algunas dicotomías reduccionistas que emergieron durante el trabajo de campo exponiendo la radicalización de estereotipos son “yoga/boxeo” y “vegetarianismo/asado con vino”. La asociación del yoga con sensaciones más delicadas, con lo frágil o lo vulnerable, ayuda a comprender por qué muchos practicantes hombres reconocen haber sentido algo de vergüenza o inseguridad en el momento de acercarse a la práctica (“me van a decir puto”).

Mujeres. Por todos lados. Muchas mujeres con muchas preguntas. Quizás porque las mujeres tenemos muchos más procesos emocionales que los hombres, que también los tienen pero son mucho más simples. Es blanco o es negro. Nosotras somos un mandala, ¿entendés? Yo a veces me llamo víctima de las hormonas. En muchos momentos del mes no podemos elegir cómo estamos y hay veces que soy Thalía en *Marimar*, la telenovela, y otros momentos en los que soy una guerrera que me llevo el mundo por delante... y a todas nos pasa. (Practicante de yoga, mujer, 34 años.)

La feminización de las espiritualidades alternativas resulta evidente. Los/as entrevistados/as coincidieron en la abrumadora mayoría de mujeres y en la percepción de un movimiento que acerca cada vez a más hombres. Aquellos/as que recorrieron diversos estilos y profesores/as de yoga pueden identificar que si el profesor es hombre o la propuesta es intensiva en términos de entrenamiento físico es probable que la brecha por género se reduzca un poco, en cambio si la clase es más bien suave, con mucho énfasis en la elongación o en los ejercicios de respiración, la brecha se acentúa. Mientras que entre las mujeres que han formado una familia o son más grandes, pisa fuerte la intención de hacer lugar al despojo de una carga importante de responsabilidades y el distanciamiento de mandatos a los que adscribieron durante muchos años, entre las más jóvenes la posibilidad de conectar con las emociones, reconocer y aceptar lo que se siente frente a cada situación se presenta articulada con el derecho al goce y al control sobre el propio cuerpo, libres de toda forma de sujeción. Aquí confluyen en la escena urbana las nuevas espiritualidades con un movimiento feminista en plena ebullición, protagonista en la

lucha por el aborto seguro, legal y gratuito, y en la reivindicación de la sororidad como vía para remover una estructura social patriarcal. En esta línea, la práctica de yoga durante el embarazo resulta valorada como oportunidad de fortalecimiento entre mujeres, que reunidas vigorizan sus herramientas para que se respeten sus derechos en relación con el embarazo, el trabajo de parto, el parto y el posparto (reconocidos formalmente en Argentina mediante la ley de Parto Humanizado número 25929/2004). Así es que fundamentalmente entre las practicantes de entre 20 y 35 años pueden registrarse puntos de encuentro entre el acercamiento a una espiritualidad reconfigurada y las expectativas relativas al reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres. La reivindicación del poder sobre el propio cuerpo puede anudar la militancia feminista con la práctica de yoga o la terapia bioenergética. Partiendo de aquí puede explicarse que para muchas jóvenes el espacio de la espiritualidad heterodoxa y el ámbito de la militancia compartan el sabor a salirse del sistema. Aunque se debe reconocer que no toda huida del sistema es colectiva o transformadora, lo que el movimiento feminista realiza a partir de la autodeterminación sobre el propio cuerpo, la apertura al placer y a las emociones es acción política.



Entre los contenidos que circularon por las redes sociales en el contexto de manifestaciones contra la violencia hacia las mujeres que tuvieron lugar en CABA y en otras ciudades del país en 2016, se hizo viral un dibujo de un rostro femenino y un corazón en la mano y este otro de una chica desnuda en posición de meditación. También se viralizó en Twitter y Facebook la propuesta de “intencionar la consigna ‘vivas nos queremos’”. Se trata de imágenes e intervenciones para considerar si se piensa la relación entre espiritualidad femenina y activismo político CABA.

Entre las mujeres que se nutren de la espiritualidad femenina, las más activas y organizadas políticamente colocan en el centro la transformación colectiva, cuestionan el rol de las mujeres en las religiones y reconocen la necesidad de tender puentes con movimientos sociales.

Las manifestaciones urbanas del empoderamiento femenino también se han venido anudando a causas relacionadas con el cuidado del medioambiente y con el fomento de estilos de vida más sostenibles. La vertiginosa expansión de la copa menstrual (alternativa reutilizable intravaginal que no se transforma en desecho y que se consigue en cualquier supermercado o farmacia de la ciudad) pone fin a una larga etapa de invisibilización del ciclo menstrual.

Pero es preciso reconocer que la integración de la espiritualidad femenina en las contiendas políticas por los derechos de las mujeres no constituye un fenómeno masivo, al menos por el momento, y además que existen puntos de desencuentro entre militancia feminista y espiritualidad femenina. Viotti y Felitti (2016) señalan que la espiritualidad femenina es vista por amplios sectores del feminismo como parte de un orden que reafirma la sujeción de las mujeres a lugares subordinados. Desde esta óptica, la espiritualidad en clave de superación personal femenina se encontraría subsumida a la lógica mercantil que promueve la cultura neoliberal. En las publicaciones dirigidas a mujeres desde el universo del yoga se reconocen sus dificultades con respecto a la gestión del tiempo, la distribución entre responsabilidades profesionales y personales, la maternidad, incluso se registran fenómenos como la feminización de la precariedad laboral. Pero a contrapelo de cualquier alusión a las necesarias políticas públicas en relación con todas las problemáticas señaladas, se las invita a profundizar sus niveles de autoconocimiento para empoderarse como mujeres libres y autónomas, a sanar, a autocuidarse, autoadministrándose un bálsamo, un refugio que las prepare para encarar fortalecidas todo reto que la vida les presente. La receta no hace más que adaptar y focalizar la fórmula general de “sálvese quien pueda” al universo femenino.

En sus análisis acerca de la mercantilización del yoga en el nivel global, la doctora en estudios religiosos y profesora de la universidad de Indiana (Estados Unidos) Andrea Jain (2015 y 2020) reflexiona en torno al mensaje que subyace en la convocatoria a practicar yoga a mujeres *multitasking*, en lucha permanente contra el estrés, que se han incorporado al mercado de trabajo, pero mantienen una mayor responsabilidad que los hombres en las tareas

domésticas y de cuidado. Para Jain, la centralidad en el cultivo del *work/life balance* atenta contra la posibilidad de que esas mujeres hagan algo que transforme estructuralmente la realidad social de inequidad de género, como mejores políticas de licencias parentales y servicios de cuidado en los lugares de trabajo.

Para un feminismo que reclama al Estado políticas públicas que vuelvan a las mujeres autónomas y soberanas en términos materiales, promoviendo derechos en torno al empleo, la igualdad salarial o el aborto legal, seguro y gratuito, el énfasis en el empoderamiento — entendido como la posibilidad de responder y resistir a múltiples frentes conservando espacios propios— contribuye a un vaciamiento de la dimensión política. Para buena parte del activismo feminista comprometido con la construcción de estrategias para ampliar los derechos de las mujeres, es adecuado hablar de potenciamiento y emancipación, en tanto el empoderamiento resulta identificado con una matriz individualista que combina eficiencia, elecciones personales y placer.

Maestros/as de sí mismos/as

En *La sociedad del cansancio*, Byung-Chul Han (2012) pone la lupa sobre el panorama patológico de comienzos de siglo XXI y observa que este se encuentra definido por enfermedades neuronales como la depresión o el trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), estados patológicos que atribuye a un “exceso de positividad”. Para el filósofo surcoreano, la violencia de la positividad resulta de la superproducción, la supercomunicación y el superrendimiento, fenómenos analizados críticamente como generadores de agotamiento, fatiga y asfixia. La sociedad del siglo XXI está más regida por el rendimiento que por la obediencia y los sujetos de rendimiento son, por un lado, emprendedores de sí mismos y, por el otro, responsables de sus fracasos. Los entornos urbanos occidentales a los que alude Han están más signados por el verbo poder (tener el permiso o la posibilidad) que por el no poder (la prohibición): “El inconsciente social pasa del deber al poder” (Han, 2012, p. 27). El auge de la depresión en la sociedad de rendimiento tiene que ver con los efectos del esfuerzo que realiza

el individuo por devenir él mismo, sin coacción externa. El imperativo de iniciativa personal y de rendimiento puede explicar que la supresión de un dominio externo o de un liderazgo vertical conduzca a la autoexplotación. Lo que aflora es un sentimiento de libertad paradójico que puede manifestarse en las enfermedades psíquicas más extendidas de la época. El diagnóstico de Han también considera el exceso de estímulos, información e impulsos que fragmenta y dispersa la percepción, modelando una atención amplia y dispersa, en la que el foco cambia entre diferentes tareas y fuentes de información en una vorágine que reproduce y acelera lo ya existente. Para competir en este juego se torna importante estar bien preparados/as, desarrollar al máximo el potencial propio y desplegar la mejor versión de cada uno/a.

En un entorno que promueve el emprendedurismo, los sectores urbanos profesionales, frecuentemente reacios —o inmersos en ambientes reacios— a los dirigentes políticos y sumergidos en una sensibilidad que desacredita y obstaculiza la posibilidad de representación, resultan atraídos por la idea de convertirse en maestros/as de sí mismos/as.⁴⁰ La fuerte valoración de la autonomía y la libertad impide la configuración de liderazgos verticalistas (más allá de que algunos movimientos espirituales de notable penetración entre profesionales porteños/as conserve una llamativa simpatía con cierta asimetría vincular, como ocurre en el caso de El Arte de Vivir con la figura de Sri Sri Ravi Shankar). Lo que sí se consolida es la figura del/de la acompañante espiritual en el camino de la sanación, la ampliación de conciencia o la armonía, que se presenta en redes sociales como “camarada en procesos de transformación personal a través de experiencias espirituales”, “compañía para el desarrollo personal y de conciencia” o “*coach* en bienestar integral”. Muchas de estas figuras comparten día a día contenidos en las redes sociales digitales referidos a cuestiones de alimentación, cosmética natural, prácticas corporales y actitud frente a la vida. Estos resultan claves pertinentes o pautas

⁴⁰ Esto se condice con aquello que señalaba Carozzi (1999) acerca de los participantes del movimiento de la Nueva Era como ala terapéutico/religiosa de un macromovimiento sociocultural postesentista, delimitado por la reivindicación de la autonomía y el rechazo a las jerarquías de autoridad. Las manifestaciones contra la guerra de Vietnam y el Mayo Francés serían los íconos del ciclo de protesta autonómico-antiautoritario. En el ámbito de las organizaciones de movimientos sociales, el macromovimiento autonómico se manifestó en nuevas organizaciones de corte menos jerárquico y más horizontal, que toman distancia de aquellas que concentran información en los niveles superiores y trasladan doctrina de arriba hacia abajo. Puede plantearse que el salto que se registra entre el macromovimiento sociocultural autonómico al que hace referencia Carozzi y la forma actual de exaltación de la autonomía tiene que ver con que el primero postuló nuevas formas de organización en red independientes de las instituciones occidentales tradicionales, mientras que la segunda se despliega a escala individual, devaluando el hacer con otros/as.

de orientación para personas alejadas de religiones institucionalizadas y de doctrinas políticas que se mueven diariamente en un campo de acción competitivo e incierto, que los estimula a sentirse artífices de su destino, “emprendedores/as de sí mismos/as”.

A través del concepto de *management* del yo, Arigaza (2017) describe la tarea de gestionar individualmente la incertidumbre en la sociedad contemporánea.⁴¹ Esta labor puede llevar por caminos sumamente diversos que comparten la búsqueda de bienestar y el despliegue de la mejor versión de uno/a mismo/a como objetivos comunes. La autorregulación de medicamentos psicotrópicos ante cualquier alteración del confort físico, y como estrategia central para gestionar el yo en un contexto de incertidumbre, es una de las vías sobre la que la autora hace foco. El uso de estos medicamentos a modo de “droga para el estilo de vida” comparte con la inmersión en el mundo del yoga y la meditación el hecho de constituir búsquedas autogestionadas para empoderarse y elevar la calidad de vida. En sintonía con el planteo de Han (2012) y con el trabajo de Luc Boltanski y Ève Chiapello (2002), sobre la cultura del *management* como elemento central del proceso de reestructuración ideológica acometido por el capitalismo, Arizaga (2017) vincula la autorregulación de psicotrópicos con reglas de la organización social posmoderna, que posicionan al sujeto en el terreno de la iniciativa personal más que en el de la obediencia. Retomando el trabajo emprendido por el sociólogo Alain Ehrenberg durante la década de 1990,⁴² la autora atribuye al discurso de la iniciativa individual parte de la responsabilidad del desplazamiento de la neurosis a la depresión, en tanto la inhibición —que en el marco de una cultura de obediencia y prohibición tenía una función normativa— se transforma en una disfunción o un déficit. Mientras que la extensión de la neurosis podía explicarse como respuesta patológica a una sobrecarga de coacciones

⁴¹ En *Sociología de la felicidad. Autenticidad, bienestar y management del yo*, la autora pone la lupa sobre tres formas de buscar bienestar en sociedades con incertidumbre y cambio como rasgos permanentes: 1) la construcción de un “nosotros comunitario” o “nosotros homogéneo” y la búsqueda de sentimientos de pertenencia social que resulten tranquilizadores, en *countries* o barrios privados; 2) el cultivo de la sensibilidad y la búsqueda de autenticidad mediante el despliegue de artefactos, arquitectura y prácticas sociales vinculadas con los valores de sofisticación y hedonismo al interior del hogar; 3) la medicalización de la vida cotidiana mediante la expansión de la medicina a esferas y problemáticas que históricamente le resultaron ajenas, y su manifestación en el consumo de psicotrópicos como medicina para el estilo de vida. Se trata de tres nichos de certeza capaces de proveer ciertas dosis de seguridad en el plano subjetivo, frente a lo incierto y hostil que pueden resultar las reglas de flexibilidad, cambio y riesgo que se expanden desde el mundo del trabajo a todas las áreas de vida de las personas.

⁴² Se hace referencia a los títulos *Individuos bajo influencia. Drogas, alcohol, medicamentos psicotrópicos*, de 1991, y a *La fatiga de ser uno mismo. Depresión y sociedad*, de 1998.

internalizadas, el auge del consumo de psicotrópicos para tratar la depresión se explica como estrategia de individuos que buscan superar la inhibición en una cultura que les exige iniciar, sostener y alcanzar objetivos de manera infatigable.

En su retrato de la sociedad de consumo, Zygmunt Bauman (2007) también acude a Ehrenberg para señalar que

si tal como Alain Ehrenberg argumenta convincentemente, los sufrimientos humanos más comunes en la actualidad suelen producirse a causa del exceso de posibilidades más que del exceso de prohibiciones, como ocurría en el pasado, y la oposición entre lo posible y lo imposible ha reemplazado a la antinomia de lo permitido y lo prohibido como encuadre cognitivo y criterio esencial de la elección de estrategia de vida, es esperable que la depresión provocada por el terror a ser inadecuado reemplace a la neurosis causada por el horror a la culpa (es decir, horror a la acusación de inadaptación por haber transgredido las reglas) como dolencia psicológica más característica y difundida de la sociedad de consumidores. (p. 130).

Volviendo a Arizaga (2017), cabe subrayar que la autora de ningún modo plantea el fin del disciplinamiento, sino su interdependencia y acoplamiento con el *management* del yo. Como visibilizan Ehrenberg y Arizaga, la publicidad de estos fármacos suele prometer sensaciones de omnipotencia que activen las mejores aptitudes en todos los campos en los que el individuo se encuentra exigido a actuar y eviten la acumulación de fracasos (que son siempre percibidos como personales). Es interesante que en este proceso en el cual la elevación de la calidad de vida se posa sobre la curación de enfermedades como estrategia principal de abordaje del bienestar, el antidepresivo no circula principalmente como medicamento sino como una “aspirina del espíritu” (Arizaga, 2017, p. 87). La figura que emerge es la del paciente autodidacta, perfil conformado por una clase media profesional que rescata cierto discurso médico de los medios o de alguna consulta realizada en cierta oportunidad. Sobrevuelan el ideal de rendimiento y la idea de un individuo en autoconstrucción, un sujeto habilitado y exigido a “emprender la empresa de sí mismo”, un sujeto “liberado de las ataduras del pasado, alejado de los condicionamientos de las grandes instituciones tradicionales” (Arizaga, 2017, p. 97). Consumo de psicotrópicos y práctica de yoga pueden ser pensados como dos caminos para la

autorregulación, la búsqueda de equilibrio y armonía direccionada al plano interior para la recuperación o el resguardo frente a la vulnerabilidad y el estrés acechantes, dos dispositivos al servicio del desarrollo personal. Advirtiendo estos puntos de contacto entre dos prácticas tan distintas, Arizaga, en relación con las publicidades y la folletería de varios medicamentos psicotrópicos, señala:

La apelación a un desarrollo espiritual y sensible desde una estética propia de la *new age* —a partir de los recursos de la naturaleza y la meditación como ámbitos propicios para el reencuentro con el *yo auténtico*— marca el camino para recuperar la armonía emocional perdida en el ajetreo de la vida urbana. Así confluyen lo químico y lo espiritual en la búsqueda de una seguridad interior, casi ontológica (p. 98)

El yoga favorece el desarrollo y sostenimiento de habilidades, con fuerza y lucidez. Entre quienes lo practican, hay una propensión a elegir referentes personales o de grupos reducidos, guías en el camino del bienestar, de la vida buena, en la búsqueda simultánea de equilibrio, paz interior y proactividad. En tiempos signados por lo cambiante, en que cuesta comprender la remota idea de dar la vida por un líder o por un ideal, se ve al/a la profesor/a como un referente que transmite su conocimiento y su experiencia en el mundo del yoga, la meditación o la bioenergética para que el/la practicante vaya configurando la mejor adaptación de sí mismo/a. Con los/as profesores/as, con frecuencia, se mantiene una relación informal y de cariño, ni adoración, ni idolatría, ni entrega total. El/la profesor/a o guía tampoco exige ni siente comodidad con la actitud de devoción; tiene claro el mensaje a transmitir y lo hace con convicción pero sin severidad. Asume la tarea de adaptar el encuentro a los/as practicantes allí presentes y a lo que las coyunturas externas puedan despertar (por ejemplo, un cacerazo que arranca en la ciudad en el mismo horario en que se está desarrollando una clase). Crea un ambiente a través de imágenes, sonidos y olores, y hace que su voz sea lo más orgánica posible con respecto a lo que están diciendo, incorporando un tono fiel al contenido.

Está presente la percepción de empoderamiento mutuo entre maestro/a y practicante. El/la practicante se asume maestro/a de sí mismo/a y se nutre de referencias variopintas frente al desafío de alcanzar su máximo potencial, al tiempo que el/la líder espiritual urbano/a no

quiere ser admirado/a ni puesto/a en un pedestal, sino que intenta facilitar que cada practicante mire dentro suyo y encuentre sus propias verdades.

Yo no soy maestro de nadie, a lo sumo soy maestro de mí mismo. El derrotero de los maestros arquetípicamente es siempre el mismo: apogeo y caída. Si vos te dejás endiosar por la gente, es decir, si vos te comprás el arquetipo del maestro, el relato ya está escrito. Ya sabés que vas a tener el apogeo y la caída. Yo no tengo ganas de tener ni apogeo ni caída. Básicamente porque quiero evitar la caída (...)

Lo cual no significa que no tenga claro que en el mundo del yoga hay gente que sabe mucho más, que me puede transmitir conocimiento, experiencia... lo mismo en el mundo de la ayahuasca, en el mundo de la meditación o de la bioenergética... eso seguro, pero ¿maestro? (Organizador de ceremonias de ayahuasca, estudiante de astrología y de terapia bioenergética, 50 años.)

El espacio que se genera y la clase que se genera ahí es algo que convocamos ambos, la persona que viene y yo que estoy ahí. Me parece importante dejar bien claro que todo eso es compartido, que si bien yo estoy adelante —adelante significativamente— por la trayectoria, por el conocimiento o por la formación, a la hora de laburar o de tomar herramientas, la cosa es compartida. Yo también aprendo y tomo mucho. (Instructora de bioenergética, 39 años.)

Postdata I. Espiritualidad de moda/lucrativa versus espiritualidad real



Evento América Medita, edición 2015. Foto: C. Duer

Una cuestión emergente del trabajo de campo ha sido la reiterada separación entre una espiritualidad de moda “en la que me visto de blanco y canto el Omm” y otra en la que hay un verdadero desarrollo de la conciencia.

Si bien nadie va a reconocerse como exponente de un movimiento superficial, liviano o reducido a pura mercancía —ni la escritura de esta tesis otorga la potestad de ubicar a unos/as como verdaderamente espirituales y a otros/as como farsantes—, la ciudad ofrece la posibilidad de toparse con documentos o escenas que dan cuenta de cierta banalización o simplificación de las posibilidades de desarrollo espiritual que pueden estimularse a partir de la práctica de yoga. En un volante de distribución masiva dedicado a promover un centro de yoga y meditación con cuatro sedes en CABA, se enumera todo lo que se puede alcanzar mediante el *free pass* mensual:

1. Ser más positivo/a.
2. Verte más lindo/a y luminoso/a.
3. Bajar el nivel de estrés que causa enfermedades.
4. Ordenar los pensamientos.
5. Concentrarse, ser eficaz y obtener resultados exitosos.
6. Dormir mejor y liberarte del cansancio.
7. Sentirte cómodo/a y feliz.
8. Estar seguro de vos mismo/a.
9. Ser más saludable.
10. Vivir de verdad.

Cabe considerar que el yoga llega a Occidente fundamentalmente a través de Estados Unidos e Inglaterra, de donde emerge el estilo Nueva Era, condensando —mediante discursos enunciados y formas de acción promovidas— espiritualidad con promesas de éxito. La superficialidad alrededor del universo del yoga, así como el interés principalmente lucrativo detrás de apariencias de coherencia, profundidad y elevación espiritual son aspectos reconocidos por parte de practicantes e instructores/as. Se asume que, como sucede con toda moda, el circuito espiritual porteño reúne “gente seria y cuidadosa” con personas que buscan sacar provecho de un *boom*.

Hay gente que sigue trabajando el yoga desde el ego. Hay, por ejemplo, unas chicas a las que yo les había dado *like*, pero en cuanto empecé a mirar los videos me parecieron medio nefastas, se llaman AsanaRebel. Son unas chicas que crearon un *fitness* inspirado en el yoga, para trabajar el cuerpo. Lo que me horrorizó de todos los videos de AsanaRebel es que hacen en el mat, con el celu acá. ¡Acá el celu! Hacen todas las cosas mirando el celu. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Este fragmento de entrevista contiene dos tensiones que forman parte del universo del yoga urbano: *yoga-fitness*, por un lado, y *yoga-dispositivo móvil* (o tecnología), por el otro. La experimentación del yoga exclusivamente como actividad o entrenamiento físico puede ser vista como un reduccionismo para quienes lo asumen como parte de un camino de transformación personal integral en armonía con el ambiente. Por su parte, el acoplamiento entre cuerpo y dispositivo móvil durante la práctica —en un marco de continua exteriorización de lo íntimo como camino de confirmación del yo en la era de las redes sociales— puede

resultar contradictorio o inviable, si se entiende que la exhibición permanente corta la inspiración del desarrollo interior.

Practicantes y maestros/as admiten que el yoga que circula masivamente en CABA puede estar más o menos escindido de un camino espiritual, dependiendo del/de la practicante, del/de la instructor/a y del momento de la vida de quien lo practica. Hay quienes manifiestan dudas en relación con la posibilidad de que todo lo que ha venido pasando en CABA alrededor del yoga sea parte de una verdadera y profunda espiritualidad, que proponga considerar al/a la otro/a desde una sostenida humanidad para transformar el consumismo y la inequidad. Otros/as trazan un horizonte cargado de esperanza y optan por elevar la idea de moda a la de un movimiento al que naturalmente la humanidad toda se estaría volcando, ya que entiende la necesidad de un cambio de era y comienza a experimentar una transformación espiritual radical en el nivel planetario, que estimula una ampliación de la conciencia y se materializa en la adopción de estilos de vida más sostenibles.

También es posible encontrar posturas intermedias o matizadas, que reconocen la mercantilización del yoga, al tiempo que ven algo positivo en que las formas de ser y hacer que esta práctica promueve se extiendan en la ciudad.

Creo que hay una banalización de ciertas cosas que se ponen de moda y al pasar a ser un producto del mercado pierden su esencia y su raíz. Hay una moda que hace que el yoga encaje perfecto con la propuesta neoliberal que es muy apolítica. Es muy de que empiezo por mí y que la salud esté en mí y hacer mi yoga y hacer mi sanación, eso genera mucho descompromiso social y una individuación muy grande. Yo lo veo eso. Es uno de los motivos por los que siempre me alejé mucho del yoga, porque me parecía súper *new age* y una moda que rechazaba. Pero bueno, medio que eso que pensé que no, no, no... entré. Entré como por un tubo encima.

Pienso que si bien mucha gente se acerca a estas prácticas por una cuestión de moda o porque hay un agotamiento de otro tipo de respuestas y de sentidos, confío en ese impulso primario y confío en que el acercamiento a estas prácticas pone un cierto granito de arena que ayuda en varios planos. Es como que, si bien mucha gente se acerca por una cuestión de moda, siento que a más de uno se le mueve la estantería interna o esto deja una semillita que

hace a una transformación social y política, desde un plano mucho más micro. (Practicante de yoga e instructora de bioenergética, 36 años.)



Evento América Medita, edición 2015. Foto: C. Duer

Una ciudad de contrastes y matices como Buenos Aires también exhibe la contracara de la mercantilización del yoga: establecimientos públicos que adaptan su accionar a una visión más holística de la salud en el marco de partos, tratamientos oncológicos, enfermedades autoinmunes o internaciones prolongadas. Si bien el encuentro de una persona que atraviesa una enfermedad oncológica con la contención y los beneficios que ofrecen las prácticas espirituales como el yoga, la meditación, incluso el acceso a la medicina ayurveda resulta condicionado en gran medida por el capital social y económico que se posea, se debe tener en cuenta que CABA también es el escenario de numerosas redes y articulaciones generalmente impulsadas por una sociedad civil organizada, solidaria y comprometida. El Hospital Rivadavia, a través de su servicio de reumatología, le cede un espacio a la asociación civil AMAR (Ayuda Mutua para Pacientes con Artritis Reumatoidea) que desde hace quince años ofrece clases de yoga terapia para tratar la pérdida de movilidad, las deformaciones en las articulaciones de manos y pies, las dificultades para desplazarse y el dolor que supone esta enfermedad. Los/as instructores/as dan clases como voluntarios/as a las mujeres nucleadas en AMAR que son fundamentalmente adultas mayores. Tratándose de una afección articular que impacta en el

movimiento, la voluntaria consultada en el marco de la elaboración de esta tesis —psicomotricista e instructora de yoga— destacó el notable impacto en cuanto a las posibilidades de moverse de las pacientes, y con ello la mejora en materia de autoestima, además de los beneficios vinculados con el sentido de pertenencia.

En el Hospital Rivadavia también se ofrecen talleres abiertos a la comunidad, que evidencian la potencia terapéutica de muchas prácticas asociadas con la espiritualidad emergente. Si bien estos figuran en la página web del GCBA, quienes dan las clases y los talleres realizan su tarea de manera voluntaria, es decir, no son rentados. En el servicio de salud mental hay un taller de yoga, otro de meditación y otro de reiki; el servicio de oncología ofrece un taller de reiki, y en el servicio de reumatología funcionan talleres de reiki y de yoga. Siempre está el desafío de hacer que esas iniciativas públicas lleguen efectivamente a las poblaciones más vulnerables, en los territorios más rezagados, teniendo en cuenta que se requiere contar con la información, disponer del tiempo y de los recursos para trasladarse, entre otras condiciones de acceso que van más allá de la gratuidad.

Postdata II. Un manto de espiritualidad

A fines de 2016, en la undécima sesión del Comité Intergubernamental para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial de la UNESCO, el yoga fue inscrito en la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad.⁴³ En ese marco, el organismo destacó que combinando la adopción de una serie de posturas, la meditación, el control de la respiración y otras técnicas, la práctica de yoga contribuye a “lograr la realización personal, mitigar cualquier sufrimiento experimentado y facilitar el acceso a un estado de liberación”. Dos años antes, en 2014, la ONU había declarado el 21 de junio como Día Internacional del Yoga, por lo que este gesto vino a consolidar la legitimidad de su práctica en el nivel global. El nuevo reconocimiento internacional fue celebrado por el primer ministro indio, Narendra Modi, quien en sus declaraciones se ocupó de subrayar que no se trata de una actividad religiosa (“La Unesco

⁴³ Disponible en <https://ich.unesco.org/en/11com>.

declara el yoga de la India Patrimonio Inmaterial de la humanidad”, 1 de diciembre de 2016). El proceso de laicización del yoga —su vinculación con la buena salud, con la vigorización del yo, e incluso con la capacidad creativa— dio lugar a que proliferen en distintos países, incluida Argentina, proyectos de inducción del yoga en la currícula escolar y a que la práctica continúe consolidando su circulación por ámbitos antes impensados (“El yoga fue declarado Patrimonio de la Humanidad”, 1 de diciembre de 2016).

En CABA, el reconocimiento por parte del perspicaz mundo del marketing y la publicidad del movimiento masivo en torno a una espiritualidad reconfigurada fuertemente ligada con la práctica de yoga se ha venido reflejando en desarrollos y producciones de diversa índole. Incluso en el campo del marketing político o de la política pública del Pro, se incorpora y deambula un código propio de esta espiritualidad y de los estilos de vida de quienes la practican. Retomando a Foucault en su arqueología de las ciencias humanas, ¿dónde pueden yuxtaponerse la promoción turística, la publicidad de un producto de limpieza, el *line up* del festival más *cool* de la ciudad y la política pública, si no es en el no-lugar del lenguaje? (Foucault, 2011 [1966], p. 10). Aquí algunos ejemplos de entrecruzamiento entre el lenguaje y el espacio, entre las palabras y las cosas.



A partir del año 2016, Turismo de Mendoza (Argentina) lanza una serie de anuncios audiovisuales en el marco de la campaña publicitaria “Mendozen”.

En primavera florecen nuestras percepciones buscando ese lugar donde te permitís ser vos, hacer un poco más. Es una oportunidad que invita a charlas eternas, prohibidas, y silencios que lo dicen todo. Donde una vista fascinante te deja los mejores recuerdos. En un instante tan zen que reconecta todos tus sentidos. Y como nunca antes te enciende para brillar. Eso es Mendoza. Tan mendozen (Anuncio publicitario de Turismo de Mendoza, 2016).

Identificando las búsquedas y los intereses que circulan entre los/as porteños/as con acceso a la práctica turística, el anuncio entrelaza imágenes de las típicas atracciones de la provincia con un discurso que permanentemente recurre al léxico de la espiritualidad yogui: el ascenso de las percepciones y del sentir, el enarbolamiento del sujeto como maestro de sí mismo en busca de la versión que le permita brillar y alcanzar su máximo potencial, el instante como lógica temporal que quita poder semántico al pasado (idea que se desarrollará en el siguiente capítulo por su convergencia con la cultura neoliberal).

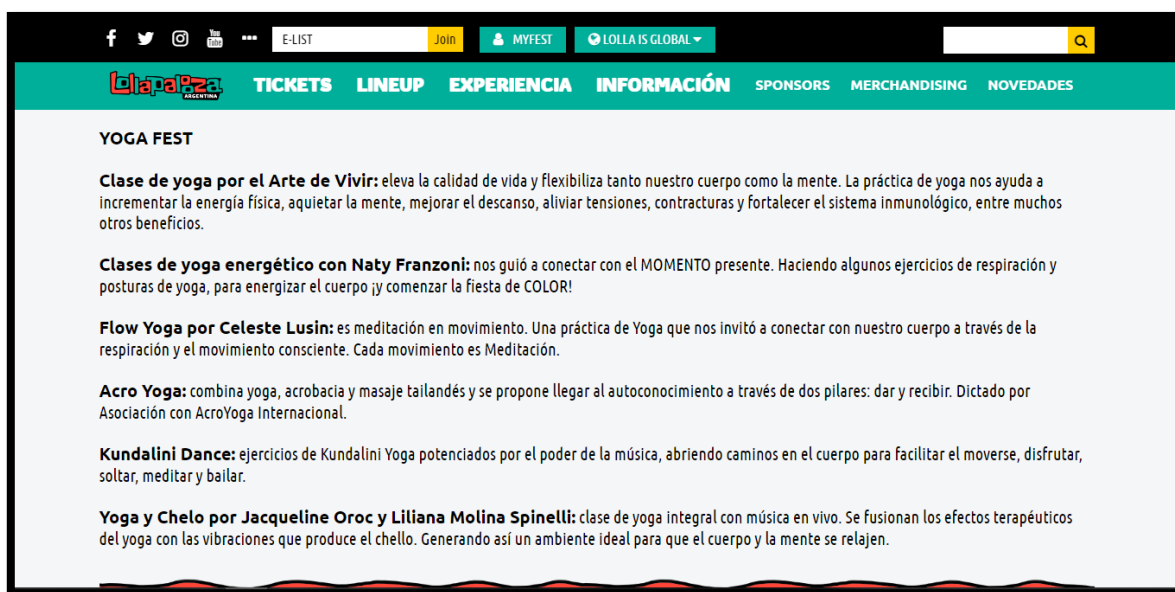


En 2018, la marca de productos de limpieza Poett lanza el comercial: “Cuando paras y respiras disfrutas más. Alegra tus días con Poett”.

Se realizaron varias versiones de esta publicidad audiovisual, con perfiles y acentos adecuados a los diversos países latinoamericanos, pero conservando en todos los casos el mismo mensaje:

(Ruido de inhalación profunda.) ¿Sabes por qué es importante parar y respirar? Porque al respirar conectas con lo que te está pasando ahora, despertás tus sentidos y te cargás de energía, disfrutas de los pequeños momentos e imaginás otros que van a venir. Cuando parás y respirás, disfrutás más. Poett.

El lanzamiento simultáneo del anuncio en distintos países de América Latina es de algún modo evidencia del carácter transnacional de una espiritualidad reconfigurada, en la que se atreven a incursionar muchas mujeres que, por cierto, siguen cargando con una mayor responsabilidad en las tareas de limpieza del hogar que los hombres, más allá de los enormes avances en materia de participación en el mercado de trabajo remunerado. Nuevamente se registra la alusión a elementos centrales de la espiritualidad yogui, como la pausa necesaria, la habilitación de los sentidos, la centralidad de la energía/lo energético, la conexión con el aquí y ahora.



La edición 2019 del festival Lolapalooza, además de congrega bandas nacionales e internacionales, fue el marco en el que tuvo lugar el Yogafest, mediante el cual se concretó la intención de acercar al público “mensajes que comprenden más que la música, y buscan estimular un estilo de vida más saludable, responsable y consciente”.

En el marco del Yogafest, se ofreció al público un conjunto de “actividades de bienestar” para dar forma a “un momento de conexión y sostenibilidad desde adentro hacia afuera”. Se sumaron a las distintas clases de yoga, talleres de meditación y de respiración, experiencias de fusión entre arte y yoga (“saludo al sol pintado”), alineación de chakras, sonidos de cuencos, *performance* de Tarot Zen, taller de cocina orgánica y saludable, charla sobre el uso del espacio urbano de forma orgánica y amigable para todos (peatones, ciclistas y automovilistas), entre otras actividades. Posiblemente con la intención de interpelar a una mayoría de jóvenes, el taller de respiración a cargo de la fundación El Arte de Vivir se

presentaba argumentando: “Así como el teléfono celular se descarga diariamente y necesita una dosis de batería, el cuerpo humano requiere de una carga periódica para mantener la salud y el entusiasmo”. Limpiar el cuerpo, desarrollar la intuición, obtener mayor conexión con uno/a mismo/a, recorrer las emociones, aumentar, reciclar o canalizar la energía, sincronizar con la frecuencia del universo fueron propuestas que se identificaron como agradables y de interés para los/as asistentes al Lolapalooza.

Aquí se pone otra vez en funcionamiento el concepto de afinidades electivas que dispuso Max Weber (2012 [1905]) a inicios del siglo XX, en *La ética protestante y el espíritu del capitalismo*: estas no refieren a relaciones causales, sino al vínculo que se produce entre dinámicas diferentes de la acción social, por la similitud de sus sentidos subjetivos. Los/as jóvenes adultos/as urbanos/as guiados/as por el sentimiento y la gratificación personal, interpelados/as por el festival de música internacional más *cool* que se ofrece en la ciudad, probablemente también se muevan por espacios y desarrollen hábitos mediante los cuales la consolidación de un estilo de vida saludable, responsable y consciente con el medioambiente —pero maleable— aparezca como horizonte. Ambas escenas, ambas prácticas (Lolapalooza y yoga) son tendencia y resultan atractivas para jóvenes que se construyen a sí mismos/as como emprendedores/as creativos/as. “Fluir”, “conectar”, “bienestar”, “alivianar tensiones”, “energía”, “experiencia sensorial”, “momento presente” son ideas y búsquedas en torno a las que pueden toparse la participación en un evento musical masivo y la inmersión en la escena espiritual alternativa de Buenos Aires.



Ofrecer la práctica de yoga en empresas ha tomado forma de emprendimiento en CABA. En el sitio web www.yogaparaempresas.com.ar, además de nombrar las que han decidido otorgar a sus empleados/as la posibilidad de practicar yoga, se hace énfasis en los beneficios: menor nivel de tensión, mayor rendimiento y productividad. “El estrés afecta cada vez más a los trabajadores, a su rendimiento en el trabajo y su salud física y mental. El yoga es una herramienta efectiva para el manejo de los diferentes desequilibrios emocionales. Esto permite que las empresas reduzcan los costos de tratamientos médicos, rotación y ausentismo de los empleados”, se destaca.

Creamos un HUB de soluciones integrales para RRHH.
Acompañamos a desarrollar equipos y lograr los resultados trazados en un entorno saludable y amigable de trabajo.
Con profesionales de referencia y experiencia corporativa, brindamos un servicio único e integral en el mercado.

3 áreas:

WELLNESS

Llevamos prácticas para el bienestar a la empresa.

[Ingresar](#)

COACHING

Nuestros coaches trabajan individualmente y/o con los equipos en sus desafíos y metas.

[Ingresar](#)

SERVICIOS

Ofrecemos conferencias, charlas, talleres, organizamos eventos de fin de año y retiros de silencio entre otros.

[Ingresar](#)

Con sede en el barrio de Palermo, la Fundación Columbia de Conciencia y Energía “nace de la iniciativa de un empresario argentino dedicado a las finanzas, quien desde hace más de trece años comenzó un camino de búsqueda espiritual basado en la meditación y el Vortex Healing.”⁴⁴ En el 2011 decidió

⁴⁴ En relación con esta disciplina, se detalla en el sitio web de la fundación: “VortexHealing es un sistema holístico de transformación energética, que trabaja con conciencia y luz divinas para armonizar el cuerpo físico, transformar

emprender una visión personal, la de fundar un centro de referencia en el estudio de la Conciencia. Se unió a esta idea un equipo multidisciplinario de profesionales, instructores y terapeutas con esta propuesta común: crear un centro abocado a difundir, investigar y enseñar diversos caminos para la transformación personal y la expansión de la Conciencia”. Además de contar con clases e instancias de formación en una gran cantidad de disciplinas clasificadas por su foco de trabajo en el cuerpo, la mente, el espíritu y la energía, la Fundación Columbia ofrece servicios de Coaching y Wellness para empresas, concebidos como aporte a la consolidación de un “entorno saludable y amigable de trabajo”.

Entre los beneficios de llevar a la empresa prácticas como yoga, meditación, tai chi, bioenergética, constelaciones, entre otras, se destacan la disminución de conflictos, el impulso a la innovación, el enriquecimiento de habilidades de liderazgo y la reducción del nivel de ausentismo. Como parte de los servicios ofrecidos para que las empresas otorguen a sus empleados/as se mencionan retiros de silencio, conferencias y talleres puntuales sobre meditación, comida saludable y preparación de licuados detox, cómo soltar tensiones, cómo encontrar la calma en la incertidumbre, entre otros.

Poniendo el foco en el paradigma de la gestión empresarial vigente en el marco de lo que Bolstanski y Chiapello (2002) reconocen como el tercer espíritu del capitalismo, se destacan como aptitudes la creatividad y la disposición al cambio de los/as colaboradores/as, como respuesta a un modelo que deja de ofrecer seguridad, pero seduce proponiendo a cada uno/a un camino de desarrollo personal (pp. 139-141). La práctica de yoga en empresas se acopla al modelo que describen los autores, que propone “una ‘verdadera autonomía’ —se nos dice— basada en el conocimiento de uno mismo y en un pleno desarrollo personal, y no una falsa autonomía, enmarcada por el recorrido de las carreras, las definiciones de las funciones y los sistemas de sanciones-recompensas que se proponían en la década de 1960” (p. 141).

Actualmente, el vínculo capital/trabajo ofrece una combinación de formas de explotación “clásicas” y otras en las que el sujeto —profesional urbano— adopta un desenvolvimiento “positivo”, en tanto su potencia creativa resulta convocada al mundo del trabajo. La organización del trabajo, enmarcada en condiciones laborales precarias, bajo rutinas

patrones kármicos-emocionales y despertar a nuestro Verdadero Ser. Durante la cuarentena esta actividad se puede cursar telepresencialmente y abonarla a través de la página o transferencia bancaria. Para solicitar los datos de la cuenta escribir a...”. Disponible en <https://www.fundacioncolumbia.org/disciplina/47/>.

que no ocultan las jerarquías y refuerzan la alienación, resulta notoriamente disonante y continúa teniendo en su centro espinosas tensiones entre empresas y sindicatos. Lo que resulta más complejo en sus efectos es el desarrollo de alternativas organizadas para el otorgamiento de beneficios a los/as empleados/as, originalmente impulsado por las corporaciones transnacionales y actualmente extendido como estrategia global de atenuación de conflictos y desgaste de la identidad asalariada.⁴⁵ El ofrecimiento de clases semanales de yoga a los/as empleados/as ha ido ganando terreno entre los planes que elaboran las empresas para fidelizar a su planta de profesionales y adecuar sus pasiones y deseos a los intereses corporativos, bajo la ilusión de que “todos están en un mismo barco”. En muchas empresas, la distinción operada entre una fracción de empleados/as profesionales y un conjunto de trabajadores/as no calificados/as permite la convivencia de diversas formas de sujeción. Prácticas frecuentes —que refuerzan el culto al hedonismo y al buen vivir de los/as profesionales en relación de dependencia—, como clases de yoga, servicio de masajes, pedicuría y manicuría, sala de juegos, sala de relax, eventos familiares que buscan construir un sentimiento de comunidad laboral, viernes de tarde libre, no se extienden a todos los/as empleados/as sino solo a determinados puestos profesionales. Al respecto, Bauman registra la coexistencia de modelos que intentan brindar a los/las profesionales calificados/as un sustituto agradable del calor hogareño en el lugar de trabajo, con otro tipo de relación laboral en la cual poco de esto se ofrece a los/as empleados/as de menor rango, menos capacitados/as y fácilmente reemplazables:

Si bien algunas compañías (...) ofrecen la antigua utopía socialista a una elite de trabajadores capacitados del primer nivel de un mercado laboral cada vez más segmentado, otras empresas ofrecen lo peor del capitalismo temprano a los trabajadores semicalificados y no calificados (Bauman, 2007, p. 164).

Desde el paradigma empresarial que se sustenta en el cultivo de una relación de confianza entre la empresa y los/as empleados/as, enmascarar al/a la trabajador/a detrás de la noción de colaborador/a contribuye a encubrir su identidad, aquella desde la cual situarse para

⁴⁵ Un desarrollo más profundo sobre esta y otras estrategias de atenuación de conflictos en el marco de empresas transnacionales se puede ver en Duer (2013).

emprender alguna forma de subjetivación resistente y/o de acción colectiva. En la misma línea, la noción de capital humano expone el adosamiento de la lógica del capital a los cuerpos, y visibiliza las tendencias más novedosas en la individualización, cosificación y mercantilización de lo social: las aptitudes y capacidades que cada sujeto desarrolle contribuyen a incrementar sus especulaciones personales respecto del éxito al que puede aspirar.

Al caracterizar a la sociedad de consumidores, diferenciándola de la sociedad de productores (y proponiendo a ambos como tipos ideales capaces de resultar adecuados para el análisis social), Bauman (2007) destaca los procesos de desregulación y privatización. La reducción de los costos laborales como objetivo permanente, el desmantelamiento de los mecanismos de negociación colectiva y de estabilidad laboral son aspectos estables en un movimiento constante. Así delinea el/la empleado/a ideal en este orden social:

Una persona que no tenga lazos, compromisos emocionales preexistentes y que además las rehuya a futuro. Una persona dispuesta a aceptar cualquier tarea y preparada para reajustar y reenfocar instantáneamente sus inclinaciones, abrazar nuevas prioridades y abandonar las ya adquiridas lo antes posible. Una persona acostumbrada a un entorno en el que “acostumbrarse” —a un empleo, a una habilidad, o a una determinada manera de hacer las cosas— no es deseable y por lo tanto es imprudente. Finalmente, una persona que deje la empresa cuando ya no se la necesita, sin queja ni litigio. Una persona, en definitiva, para quien las expectativas a largo plazo, las carreras consolidadas y previsibles y toda otra forma de estabilidad resulten todavía más desagradables y atemorizantes que la ausencia de ellas (p. 23).

El yoga puede hacer su aporte a la configuración del/de la empleado/a ideal, dispuesto/a a desarrollar su tarea en armonía con el entorno, igualando y descartando todo tipo de conflicto en un ámbito que lo/a necesita con foco en el aquí y ahora.

Hay una última cuestión a considerar en relación con la consolidación de nuevas relaciones laborales en CABA. El escenario en el que se consolida un nuevo estilo de vida maleable que puede induir el yoga como práctica semanal es también el espacio de un continuo crecimiento de trabajo *freelance*, modalidad en torno a la cual se edifica todo un estilo de vida

flexible, sin jefes/as, horarios ni rutinas, libre de ataduras y dependencias (sin estabilidad ni seguridad).



El yoga también interpela a los/as niños/as más pequeños/as que resultan convocados/as mediante distintas aproximaciones para familiarizarse con esta práctica.

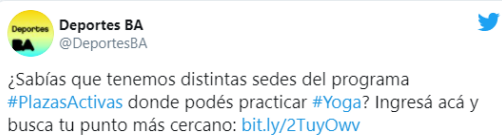
Omm Moo es una serie dirigida a mostrar los beneficios del yoga en niños/as, basada en un libro de María Villegas y Jennie Kent que se publicó en 2008. Las protagonistas son ocho vacas de diferentes razas que hacen distintas posturas de yoga convocando a los/as niños/as a que las repliquen en sus casas. El instructor de los ejercicios de yoga es un gato gurú, travieso, curioso y flexible. Este gato instructor no solo explica cómo se realizan las diferentes posturas, sino también sus beneficios tanto para el cuerpo como para el espíritu. Él conduce en la animación a las vacas y en la imagen real los/as niños/as que también realizan las posturas. Se trató de la primera coproducción de televisión animada infantil en América Latina (entre cuatro direcciones de Colombia, Señal Colombia, AF 097 de Chile y Paka-Paka de Argentina). En la presentación se explicita el estrés como una realidad y un padecimiento común a todos/as aquellos/as que viven en ciudades y el yoga como una herramienta para aplacar esta afección urbana.

Otra manera de acercar el yoga a los/as más pequeños/as reside en la incorporación de esta práctica en la grilla escolar semanal, como propuesta del área de educación física. En el caso de una escuela de gestión privada de CABA, a partir de una conversación con la directora general del establecimiento, se conoció que la decisión de incorporar esta práctica inicialmente los días lunes tuvo que ver con las dificultades que mostraban los/as chicos/as para concentrarse en la tarea escolar, “tras el exceso de pantallas y harina durante el fin de semana”.

Asimismo, cabe mencionar aquí el Programa de Meditación en Colegios (PROMECO) en marcha desde el año 2015 en el Servicio de Medicina del Estrés del Hospital Central Municipal de San Isidro (GBA). Dicho programa ofrece un curso de capacitación gratuito y *online* dirigido a docentes de colegios públicos y privados de todo el país, para la aplicación de técnicas de meditación en el contexto de clase. Desde ese año, se han capacitado más de 2.000 docentes en todo el país, para que ellos/as mismos/as puedan poner en práctica la técnica con sus alumnos/as, dentro del aula, en la institución escolar donde desempeñan sus tareas. El programa se encuentra a disposición de todos/as aquellos/as docentes y colegios que se inscriban a los efectos de alcanzar, a través de un esfuerzo común, los beneficios de las técnicas de meditación para el control del estrés, la mejora del rendimiento escolar y de la calidad de vida. Según se detalla en el sitio web de presentación de la iniciativa: “Las evaluaciones realizadas demostraron resultados altamente positivos, como la mejora de la atención, concentración, estudio y memoria. También se observó como efecto agregado la mejora de la relación vincular con el docente tanto en el plano cognitivo, como de orden afectivo. Resultó evidente el condicionamiento emocional positivo, evidenciado por cambios conductuales, emparentados con la paz, la serenidad y la calma”.⁴⁶ Desde 2016, PROMECO cuenta con el reconocimiento de la UNESCO como programa de interés por el trabajo por la paz y la integración social.



⁴⁶ Disponible en línea: <https://serviciodemedicinadelstress.com.ar/promeco/>.



El yoga como política pública se puso en marcha en CABA en el marco del Programa Plazas Activas de la Subsecretaría de Deportes,⁴⁷ destinado a toda la población de la ciudad con el fin de promover la vida saludable a través de la práctica del deporte.

Se trata de una iniciativa pública que acerca a plazas y parques de CABA clases de gimnasia, baile y otras actividades físicas, entre las que se destaca el yoga. Esta apertura a lo no Occidental desde el campo de la actividad estatal tuvo como condición de posibilidad y de legitimidad la difusión del yoga como práctica no religiosa para el bienestar.



Durante la presidencia de Mauricio Macri, desde mediados de 2016 hasta fines de 2019, la programación de Buenas Prácticas del Centro Cultural Kirchner (CCK) incluyó actividades basadas en técnicas orientales, como clases de yoga Integral, tai chi y meditación y estiramiento.

Como en toda política pública que responde a la idea de la cultura como derecho (visión que en un mismo plan de desarrollo puede resultar compatible con la promoción de la cultura como motor de crecimiento económico, circunstancia en la que se reclamará que el sector genere

⁴⁷ Según datos oficiales, el crecimiento del programa ha sido constante: en 2009 (año en que comenzó a implementarse) participaron 25 mil personas en 15 sedes; en 2010, 30 mil en 17 sedes; en 2011, 35 mil en 19 sedes; en 2012, 38 mil en 20 sedes; en 2013, 40 mil en 21 sedes; en 2014, 42 mil en 23 sedes, y en 2015 fueron más de 50 mil en 26 sedes. Hacia 2016, se estimaba que un 80% de quienes habían participado del programa eran mujeres ("Se duplicaron en los últimos seis años los participantes de Plazas Activas", 12 de junio de 2016).

riqueza y no suponga un mero gasto social), siempre cabe el interrogante acerca de si la gratuidad de una iniciativa que promueve la participación cultural significa necesariamente un paso en la democratización de la cultura. El CCK es sin duda un escenario interesante para este tipo de indagación acerca de los recursos y capitales necesarios para una participación cultural democrática. Por esto la inclusión del yoga y de otras técnicas orientales no debe ser interpretada como un puente que asegura la expansión de la práctica hacia sectores sociales más desfavorecidos.



La incorporación de la espiritualidad yogui en la actividad estatal fue activamente rechazada cuando en octubre de 2017 el GCBA instaló una cabina de terapia antiestrés en una plaza del barrio porteño de Palermo, con la idea de que fuera rotando por distintos lugares de la ciudad.

“Instalan una cabina anti estrés en una plaza de Palermo: adentro hay perros y gatos que ayudan a la gente a relajarse”, se tituló un artículo del diario *La Nación* (Marcó del Pont, 5 de

octubre de 2017), publicado en el contexto del lanzamiento de esta iniciativa. “Cubículo. Tiene pasto sintético y se puede permanecer 15 minutos. Trajeron la idea de Los Ángeles” es el epígrafe de la primera imagen que ilustra el artículo del diario *Perfil* (Corsalini, 7 de octubre de 2017). La iniciativa del GCBA se instaló por primera vez en la plaza Armenia, del gentrificado⁴⁸ barrio de Palermo, pero el rechazo de animalistas y proteccionistas por la utilización de perros y gatos en la cabina impidió que la propuesta prosperase.

Se trataba de una estructura de plástico vidriada en la que los/as vecinos/as —además de relajarse escuchando música— podían acariciar mascotas durante 15 minutos, como parte de una terapia antiestrés. Dentro del cubículo, sobre césped sintético, la persona se acomodaba sobre un almohadón, recibía auriculares con música relajante, y luego ingresaban los perros y los gatos. Esta iniciativa tenía también entre sus objetivos la promoción de la adopción de mascotas.

Sobre la articulación entre política y espiritualidad, más adelante se encontrará un estudio de caso que pone el foco en la incorporación del estilo Nueva Era a la imagen de sí que construyó Mauricio Macri a partir de 2012 hasta llegar a la presidencia en 2015.

El propósito de la información añadida a modo de anotación final del capítulo ha sido exponer la actual circulación de las prácticas y los discursos espirituales asociados al yoga y la meditación en escenarios sumamente variados. La asociación entre yoga y bienestar se refleja y se refuerza a través de estas múltiples incursiones que acaparan distintas franjas etarias y reúnen esferas de acción tan diversas como la publicidad, la política pública, las relaciones laborales en el sector privado, la cultura, etc.

Habiendo desarrollado seis líneas explicativas acerca del *boom* del yoga que contribuyen a la definición de los modos de ser y de estar emergentes en CABA (“El cultivo de estilos de vida

⁴⁸ Término que procede del inglés, deriva de *gentry*, clase social histórica de composición mixta entre la baja y media nobleza inglesa. Ruth Glass lo utilizó por primera vez, en 1964, al estudiar los cambios sociales que se presentaban en Londres en relación con el territorio. Los procesos de gentrificación forman parte de las implicaciones socioespaciales del capitalismo posfordista. Se desencadenan a partir de un proceso de renovación y revalorización de un área de la ciudad, donde el gobierno interviene a partir de políticas específicas que modifican algunos aspectos de la vida cotidiana. Tres factores fundamentales en torno a los que discurren los procesos de gentrificación son: a) nuevas formas de planeamiento urbano de carácter estratégico; b) la protección del patrimonio y la promoción de la rehabilitación del parque inmobiliario para la priorización de usos residenciales, y c) la instalación de instituciones de cultura como factor atrayente de nuevos estilos de vida, trabajo y consumo asociados con la denominada clase creativa (Sequera Fernández, 2017).

maleables”; “De lo ideológico a lo sensitivo: una apertura a Oriente”; “Fusionar para enriquecer”; “La ciudad, obstáculo para la vida buena”; “Mujeres que habilitan sus procesos emocionales”; “Maestros/as de sí mismos/as”), el siguiente capítulo buscará los puntos de encuentro entre el universo yogui y la organización sociocultural neoliberal, que contribuyen a la conjunción entre organización social y cultura, así como entre los procesos subjetivos y los procesos sociales.

Capítulo 2. ¿Por qué el encuentro con uno/a mismo/a puede fortalecer el engranaje económico y cultural neoliberal? El alma como núcleo del ser y el presente como ámbito de la conciencia

¿Cuáles son los modos de ser y estar en el mundo que alimenta el orden social neoliberal? El escape de lo rígido, el recurso al presente constante, la exaltación del emprendedurismo, la fuerte apelación a las nociones de autonomía, flexibilidad y libertad, y la interpelación a un sujeto-empresa que da batalla creativamente a riesgos e incertidumbres son algunos de los rasgos que contribuyen a precisar la subjetividad neoliberal. La fluidez, la fugacidad, la liquidez y la inestabilidad son otras características que definen esta forma cultural.

Es posible identificar prácticas y discursos propios de la época y del espacio urbano que alimentan la construcción de un yo maleable y dinámico, arrojado a convivir con la incertidumbre con actitud entusiasta y aventurera. Partiendo de aquí, en este capítulo se sostendrá que lejos de cualquier acción deliberada, las premisas, los postulados y las pautas de acción asociadas con la espiritualidad estilo Nueva Era abonan modos de ser y estar enfocados en la edificación de un microclima. Organización social y esfera cultural se amalgaman en su aporte al debilitamiento de la capacidad de acción transformadora de sujetos interpelados cotidianamente como consumidores, emprendedores en busca de la salvación personal. La *personalización de las revoluciones* colabora con el mantenimiento del engranaje económico cultural, pero más allá de los matices, se parte de separar las técnicas y prácticas de los modos y efectos de su circulación. Esto quiere decir que se descarta y se toma distancia de toda reflexión que ubique al yoga o a la meditación como prácticas neoliberales, con la intención de poner la mirada en los circuitos, los valores, las premisas, los consumos, los estilos de vida que se delinean en torno a estas prácticas en el siglo XXI, en una ciudad global como la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA).

Los trabajos de Viotti (Viotti y Vargas, 2013; Viotti, 2015; Viotti y Funes, 2015; Viotti y Semán, 2015), junto con los aportes de Carrone y Funes (2013) y Purser (2019) contribuyeron a

explicar —cada uno con su estilo y marco teórico— aquello que hacía posible registrar una nueva espiritualidad a la medida del mercado. Igualmente comprometida con el creciente interés en lo espiritual, pero no religioso —en el sentido tradicional y acotado del término—, y desde un posicionamiento con menos matices y más linealidad que el que puede reconstruirse a partir de los análisis de Viotti, Andrea Jain (2015 y 2020) se centra en el yoga en Estados Unidos, y desde allí explora las conexiones entre las prácticas de una nueva “espiritualidad global” y el capitalismo neoliberal. Jain pone la lupa en las ideas de crecimiento personal, autocuidado y transformación como elementos centrales de la narrativa de la identidad espiritual. Argumenta que, si bien esta espiritualidad puede presentarse como contracultural, afincándose en lo alternativo, los/as empresarios/as y los/as consumidores/as de productos espirituales pueden ser bastante convencionales e incluso conservadores. Sugiere que a través de la mercantilización de prácticas como el yoga o la meditación se coloniza la potencia de subvertir que caracteriza a lo alternativo.

Jain (2015) traza un camino que llega hasta la popularización del yoga en el contexto de la cultura de consumo de finales del siglo XX. Como punto de partida, el yoga premoderno exclusivamente oriental comprende técnicas con una amplia gama de objetivos (ir hacia adentro en busca del verdadero yo, sofocar el deseo para evitar el sufrimiento, ir hacia afuera para conectar con lo divino, canalizar la energía corporal para encontrar el placer sexual). El ingreso en Occidente y la configuración de un yoga moderno dio lugar a una circulación de nicho que — en su entrecruzamiento con el amor libre y la cultura de la paz en torno a los que se consolidaba el movimiento hippie— alimentaba la representación de lo comunitario (de la cual se podía deducir su carácter contracultural). En contraste, hoy en día, el yoga tiene como objetivo mejorar el complejo mente-cuerpo-espíritu, pero lo hace de acuerdo con los paradigmas culturales y de acondicionamiento físico dominantes. En consecuencia, para Jain, el yoga actualmente es parte de la cultura y de la industria en todas las ciudades globales (la autora alude a la omnipresencia de este).

Teniendo en cuenta su formación en estudios religiosos, cabe pensar que la popularización del yoga como objeto de estudio le permite reflexionar a Jain sobre el rol de la religión en una cultura de consumo. Una particularidad de su propuesta reside en su insistencia

en considerar que, si bien la cultura de consumo estimuló la germinación de la industria del yoga, las cualidades religiosas de la práctica no han desaparecido, sino que se han transformado. Es así que el yoga puede ser estudiado como un cuerpo de prácticas religiosas, al reconocer que los/as practicantes en las ciudades globales comparten espacios y tiempos sagrados, valores, formas de entender el sufrimiento y la muerte, tal como sucede en las religiones tradicionales (Jain, 2015). Autosuficiencia, autooptimización, emprendedurismo, optimismo, relax son actitudes y valores centrales en la cultura neoliberal, que están presentes en la industria del yoga. En *Peace, Love, Yoga* (2020), la autora incluye los análisis de dos fenómenos diversos, pero igualmente globales, asociados con las apropiaciones capitalistas del yoga. Por un lado, las corporaciones de indumentaria y accesorios para su práctica, por ejemplo Lululemon (de capitales canadienses), que comercializan con éxito bienes de consumo al tiempo que manifiestan un compromiso con la inclusión, diversidad, equidad y acción. La autora usa como ejemplos de discursos de gubernamentalidad frases impresas en la indumentaria, tales como “*You’re exactly where you are supposed to be*”, “*What you think, you become*”, “*Self Love Club*”. Estos colocan un enorme peso en la elección individual y en el control personal sobre las propias circunstancias. Jain identifica que los/as consumidores/as describen las mercancías espirituales como empoderantes, transformadoras o liberadoras pero no en un sentido que pueda desafiar o debilitar las jerarquías dominantes ni las mentalidades conservadoras. El segundo fenómeno de análisis lo conforman las aplicaciones centradas en la espiritualidad con enfoque terapéutico como “*Calm*”, que prometen curar a la persona quebrantada, ofrecerle bálsamos a su sufrimiento, pasando por alto las causas estructurales o sistémicas de este.

Aquí se reconocen los trabajos de Jain como antecedente en la articulación entre la práctica masiva de yoga y la dinámica social y cultural del neoliberalismo contemporáneo, si bien se propone una diferencia en lo concerniente a la atribución de intenciones a la industria del yoga y a la centralidad otorgada a esta. La idea de una industria que estratégicamente se propone sostener la cultura neoliberal resulta poco adecuada para la presente tesis que, además, pone la mirada en la práctica de yoga como hecho masivo entre la población urbana que se identifica con los sectores medios (considerando el uso de indumentaria o de aplicaciones específicas como una expresión no masiva, que bien puede aportar a la reflexión,

pero que no interesa colocar en el centro). La definición de una “espiritualidad neoliberal” promovida por la industria del yoga y la intención de abordar sus políticas (*the politics of neoliberal spirituality*) configuran una perspectiva de la que se intenta tomar ciertas distancias en la presente tesis. Jain alude a una instrumentalización del yoga con fines conservadores y señala que mientras la India se muestra como su centro mundial y hace propia la misión de difundir sus bondades, evita o al menos distrae el foco de cuestionamientos internacionales respecto de la persistente criminalización de toda orientación que no sea heterosexual. Una y otra vez la autora señala conexiones explícitas entre lo que entiende como espiritualidad neoliberal y muchas áreas de la vida pública y privada. Desde su visión, gran parte de los productos de la industria del yoga están arraigados en preocupaciones que el neoliberalismo expone como formas de desviación, por ejemplo la baja productividad. Se coincide con la autora en que las prescripciones asociadas con el autocuidado o la liberación personal tienen poco que ver con la transformación social, pero se disiente en cuanto a considerar que estas denotan el requerimiento de trabajadores/as y consumidores/as más productivos/as, eficientes y conformistas. Según Jain, al tiempo que la exigencia de ser productivos/as se ha incrementado, aumentaron la cantidad de profesores/as de yoga, los sistemas de alimentación natural y los cursos de *mindfulness* que prometen simultáneamente mejorar la productividad y la conformidad a una moral rígida. Esta idea resulta alejada de lo que se registra al hacer foco sobre los estilos de vida maleables de la población urbana mayormente profesional identificada con las clases medias. La afirmación acerca de que la industria de la espiritualidad apoya el capitalismo neoliberal tampoco es la más oportuna desde la aproximación que el presente trabajo quiere realizar. De todas maneras, la búsqueda de la función o el propósito del fenómeno social del yoga en la estructura de la sociedad aporta un conjunto de reflexiones interesantes, que incluso pueden enriquecer el análisis si son tenidos en cuenta como contrapunto. La supuesta estrategia de política internacional del primer ministro indio Narendra Modi, mediante la cual la promoción del yoga a escala mundial se habría desempeñado como un arma contra la minoría musulmana, desviando la atención internacional de las políticas antiminorías que se ponen en marcha (Mukhopadhyay, 14 de agosto de 2015),¹ no aporta a la

¹ Artículo publicado en el diario español *El País* que plantea que Narendra Modi, primer ministro de la India desde

comprensión del *boom* del yoga en ciudades como Buenos Aires ni a la reflexión en torno a las posibles convergencias entre socialidad neoliberal y socialidad espiritual. La indagación sobre el uso del yoga por parte de Modi para lograr una mejor posición para la India en la escena internacional puede dar lugar a interesantes aciertos y reflexiones, que no guardan relación con la pregunta acerca de la relación entre la práctica masiva del yoga en ciudades de Occidente y los modos de ser y estar que modela y demanda la cultura neoliberal.

Muchas personas que se forman en yoga, astrología y diversas herramientas para acompañar en el desarrollo personal lo hacen con convicción y con independencia de influencias o estrategias políticas —en un sentido restringido del término—. De todas maneras, la incorporación de las premisas que se pronuncian o circulan de modo escrito en los espacios de yoga y meditación, como “registrar sin involucrarse” o “asumir el compromiso de ser feliz”, pueden alimentar la apatía y el repliegue sobre micromundos personales. Si bien no hay relación de filiación, causalidad ni funcionalidad entre el yoga y el neoliberalismo, resulta oportuno considerar aquello que planteaba Foucault (2005 [1969]) al mostrar cómo prácticas diversas configuran reglas del ver, del hablar y del hacer, regímenes de verdad en los que emergen coincidencias entre discursos diversos que pueden articularse en una misma estrategia, independientemente de la voluntad de sus autores. Es posible registrar una convergencia entre la matriz discursiva del neoliberalismo y la de la espiritualidad yogui. Ambas se encuentran en las alusiones a una interacción social que fluiría de acuerdo con las habilidades individuales, y las capacidades creativas y perceptivas de los individuos. Argumentación que en el plano de la relación entre Estado, sociedad y mercado permite justificar todo socavamiento a los derechos sociales.

Junto con la teoría subjetiva del valor, a la que se hizo referencia en el marco teórico de la presente tesis, la formación discursiva neoliberal desplegó una teoría de la acción humana centrada en una estructura formal ahistórica de la conducta humana, capaz de resguardar la centralidad del individuo, principio fundamental del liberalismo (Murillo, 2015 y 2018). Desde esta teoría, la conducta humana sería siempre libre y racional, de manera que el éxito depende solo de la decisión individual. La desigualdad resulta naturalizada a través del reconocimiento de

mayo de 2014, intenta capitalizar el éxito cosechado por el yoga en Occidente para ganar peso en la escena internacional y contrarrestar las críticas relativas a la vulneración de los derechos de las minorías.

que no todos podrán usar sus aptitudes y su suerte del mismo modo.² Este componente ahistórico de la acción humana también está presente en el circuito urbano de prácticas y discursos asociados con el yoga y la meditación. En CABA es posible practicar diversos tipos de yoga, más o menos aeróbicos, con mayor o menor foco en las posturas o en la respiración, en institutos, gimnasios o con profesores/as en sus propios espacios. Como parte de la occidentalización de esta actividad es frecuente que los/as instructores/as transmitan a sus alumnos/as diversas premisas que se enuncian y reiteran en cada encuentro como *principios ahistóricos para cultivar una vida plena*. Quienes se encuentren familiarizados/as con el yoga reconocerán afirmaciones como “No soy mi cuerpo ni soy mis acciones, sino tan solo un alma eterna”; el pedido (a la fuerza suprapersonal que cada cual decida invocar) de “serenidad para aceptar las cosas que no puedo cambiar, valor para cambiar las cosas que puedo cambiar y sabiduría para conocer la diferencia”; o la invitación a registrar/observar sin reaccionar. Sin intenciones declaradas y por fuera de toda estrategia, el modo de ser y estar en el mundo que se alienta relega la acción en el marco de una cosmovisión que concibe los cambios como centralmente internos y personales. Conviven armoniosamente —apuntando las subjetividades— las motivaciones a encontrarse con uno/a mismo/a, llevar la conciencia al presente (anulando pasado y futuro), y aceptar la realidad tal como se presenta. Asumir lo que se presenta y no querer convertirlo en un medio para lograr otra cosa es una actitud a través de la cual Occidente abre la puerta a la cultura de Oriente —más contemplativa y menos inquisitiva, que embriaga más con el misterio que con el entendimiento, como advirtieron Suzuki y Fromm (2006 [1964])—. En su circulación por el mundo occidental, más puntualmente por una capital latinoamericana profundamente desigual, estos postulados se integran a un marco social que responsabiliza a los sujetos de sus trayectorias de vida al tiempo que consagra la exigencia de ser uno/a mismo/a. La creatividad se posa en el centro de la escena, como atributo individual que converge con el emprendedurismo, con la noción de sujeto-empresa o

² Para algunos liberales, el Estado que se forjó para aliviar el conflicto social entre finales del siglo XIX y comienzos del XX erosionó las libertades individuales. Ludwig von Mises (Leópolis, Ucrania, 1881-Nueva York, Estados Unidos, 1973), miembro de la escuela austriaca de economía, consideraba que era necesario acuñar un “nuevo liberalismo” o “neoliberalismo”. Mediante la praxeología —su teoría de la acción humana como siempre libre, racional y en busca de evitar el displacer—, logró suprimir la igualdad como atributo universal y resguardar la libertad como núcleo de lo social (Murillo, 2015 y 2018).

sujeto de rendimiento y con la búsqueda de bienestar y autenticidad a través del *management* del yo (Arizaga, 2017). Los estilos de vida maleables, distantes de conductas rígidas, de dinámicas verticales y de lo unívocamente definido, se desenvuelven en un espacio urbano que exige flexibilidad y capacidad de adaptación (de conocimientos, habilidades, lealtades y emociones) como aptitudes para ser y estar en el mundo.

Quienes tienen asegurado el bienestar material van en busca del buen vivir, concebido como punto de llegada personal. La calidad de vida se estima como una cuestión de emociones, sensaciones y valores, y no de posesiones. Los recursos materiales, en definitiva, vehiculizan y facilitan las acciones que forman parte del cultivo de un microclima cada vez más pleno. La posibilidad de incorporar alimentos orgánicos en CABA (sus costos determinan su exclusividad) configura un claro ejemplo de ello.

En *Psicopolítica*, Han (2014) plantea que en las sociedades occidentales contemporáneas la autopercepción de los sujetos como proyectos, liberados de coacciones externas y sin límites en sus posibilidades de hacer, resulta parte de una política. El filósofo surcoreano se propone actualizar el concepto foucaultiano de *biopolítica*. Cabe entonces remontarse a la clase del 11 de enero de 1978, en la que Foucault presenta el biopoder como “el conjunto de mecanismos por medio de los cuales aquello que, en la especie humana, constituye sus rasgos biológicos fundamentales podrá ser parte de una política, una estrategia política, una estrategia general de poder” (Foucault, 2007 [2004], p. 16). La disciplina para la formación de individuos junto con la biopolítica como gobierno de las poblaciones fueron cuestiones necesarias para lograr una trama que contuviera y mantuviera las desigualdades en el liberalismo (Foucault, 2007 [2004]).

Han (2014) señala que las técnicas de poder del neoliberalismo del siglo XXI presentan un formato refinado, sutil, permisivo, amable y, por todo esto, seductor, e involucran la motivación, el proyecto, la competencia, la optimización y la iniciativa. La psicopolítica es su propuesta para pensar el neoliberalismo como forma de mutación del capitalismo que no se ocupa primariamente de lo biológico o lo corporal, pues descubre la psique como fuerza productiva en el marco de formas de producción inmateriales. Este giro necesario para Han es el que, según su visión, le quedó pendiente a Foucault, quien no llegó a analizar la biopolítica neoliberal, en la cual las psicotecnologías entran en escena en lugar del biopoder.

La técnica de poder del régimen neoliberal adopta una forma sutil. No se apodera directamente del individuo. Por el contrario, se ocupa de que el individuo actúe de tal modo que reproduzca por sí mismo el entramado de dominación que es interpretado por él como libertad. La propia optimización y el sometimiento, la libertad y la explotación coinciden aquí plenamente (Han, 2014, p. 46).

El neoliberalismo, como forma de mutación del capitalismo, explota todo aquello que pertenece a prácticas y formas de libertad como las emociones o la comunicación y convierte al trabajador en *empresario* (p. 17). El sujeto es un proyecto libre, un empresario de sí mismo, que se ilumina y vigila a sí mismo. “Y por el aislamiento del sujeto de rendimiento, explotador de sí mismo, no se forma ningún *nosotros político* con capacidad para una acción común” (p. 18). La cultura neoliberal alimenta el poder del individuo y su supuesta posibilidad de elegir, presentándose como superadora de las ideologías. En un entorno social en el que se asume que cada uno/a es responsable de hacer de su vida la mejor posible, encaja cómodamente toda propuesta que ofrezca herramientas de desarrollo y enriquecimiento a nivel personal que permitan alcanzar la mejor versión de cada uno/a. Así es que diversas problemáticas sociales o injusticias inherentes al orden capitalista resultan privatizadas, abordadas a escala subjetiva, tal como sucede con el estrés. La evidente privatización de lo social torna oportuno remitir a las ideas planteadas por Dana Becker (2013) sobre el concepto de estrés y sus usos políticos, así como a lo planteado por Mark Fisher en *Realismo capitalista* (2019) acerca de la consagración del estrés como manifestación de la aceptación del esquema, los lenguajes y los comportamientos que componen un mundo aparentemente despolitizado. El estrés, como fenómeno que entraña la privatización y la aceptación de lo social, contribuye a explicar la naturalización del dominio del capital y el sofocamiento de cualquier impulso socialmente transformador. Se puede pensar en la privatización del bienestar o del estrés como nuevas formas de atomización que abonan la descomposición de lo colectivo y de lo público, ya en curso. El hecho de que las subjetividades en cuestión no se encuentren inmersas en una organización estable de empleo, ni en una lógica de acción colectiva como la que proveían los sindicatos, ha cimentado el terreno para un juego individualista en el que las trabas se perciben siempre internas y personales. Las causas sociales y políticas, la injusticia que suponen los datos más alarmantes acerca de la enorme desigualdad

en la distribución del ingreso quedan de lado con estos movimientos, y el descontento se individualiza e interioriza (Fisher, 2019, p. 135).

En sintonía con este análisis, Becker (2013) acuñó el término *estresismo* para describir la recurrencia al estrés ocasionado por cuestiones de orden disímil, y la creencia en que las tensiones de la vida contemporánea deben resolverse mediante el desarrollo de estilos de vida que permitan controlar el estrés. La autora muestra cómo este concepto ayuda a ocultar las causas sociales de muchos de los riesgos a los que se debe hacer frente y debilita las posibilidades de cambio social al mantener el foco en la salud personal. La tarea se centra en desplegar estrategias para desestresarse y asumir la responsabilidad personal en torno al mantenimiento de la salud, a través de una mejor alimentación o una práctica regular de yoga o meditación, relegando cualquier instancia que permita examinar e intentar transformar las condiciones subyacentes que provocan el estrés como afección generalizada en las ciudades.

Mientras que en un régimen de explotación ajena está la posibilidad de que los/as explotados/as se alcen juntos/as, en la sociedad neoliberal del rendimiento quien fracasa se hace a sí mismo/a responsable, sin poner en tela de juicio el sistema (Han, 2012 y 2014). Así se *reducen, simplifican y enmascaran cuestiones sociales como asuntos personales*. Los relatos aglutinantes y las jerarquías incuestionables se encuentran en franca retirada mientras avanzan la incertidumbre y una falsa ausencia de determinismos. Se robustece la idea de que cada persona elige qué hacer de su vida y *se extiende la falsa representación de que existen las condiciones para componer un recorrido personal autodeterminado*. Así se comprende que el trabajo personal que muchas jóvenes adultas profesionales reconocieron realizar a través del yoga, la meditación o la bioenergética, en relación con interrogantes del estilo “¿Qué quiero hacer de mi vida ahora?”, “¿Qué quiero estudiar?”, “¿Dónde quiero trabajar?”, resulte percibido como una oportunidad disponible para todas.

Yo siento que hay más lugar como para cuestionar ciertas formas de vida, como más oportunidades para elegir si quiero vivir de esta forma. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Los aportes de la nueva espiritualidad a esta idea convergen con discursos del ámbito político y del mundo publicitario, y solo así alcanzan a constituir una matriz ideológica. “Elegí todo” es lo

que propone la campaña publicitaria de una de las empresas de telecomunicaciones más influyentes en Argentina, que renueva su identidad visual en 2017: “Elegí vivir, elegí enamorarte, elegí reír, elegí enseñar, elegí soñar, elegí aprender, elegí crear, elegí disfrutar, elegí todo”.



Movistar, “Elegí todo”. Publicidad de 2017

Si bien en las conversaciones con practicantes e instructores/as de yoga, meditación o terapia bioenergética se reconocía que tener aseguradas las necesidades básicas era una condición de posibilidad para encarar la composición de experiencias de enriquecimiento y desarrollo personal, esta idea no era parte de lo que fluía a priori más naturalmente ni se percibía cercana, sino como algo de una alteridad lejana en términos sociales y espaciales.

*

Junto con la universalización de la posibilidad de elegir, se ensalza *la intención como herramienta poderosa* en cuanto otra manifestación de la espiritualidad heterodoxa porteña que se saltea lo material como condición de posibilidad. La intención circula como vehículo eficaz para la concreción de deseos y metas personales. En portales sobre espiritualidad, cuentas de Instagram o revistas “para la mujer”, este sustantivo resulta convertido en el verbo “intencionar” con sus respectivas conjugaciones. Intencionar aparece como un primer y fundamental paso para hacer realidad lo que se desea, alcanzar el propósito buscado. No

filosófico marxista.³ El materialismo histórico toma como punto de partida la materia y reduce el espíritu o la idea a una consecuencia de ella. Esta forma de interpretar la historia refuerza la explicación de la realidad en las diferentes condiciones materiales derivadas del desigual acceso a los recursos: las sociedades no cambian a partir de una idea o de una organización social nueva. El fundamento de la historia humana es la lucha entre las clases opresora y oprimida. Las formas que la sociedad adquiere históricamente dependen de las relaciones económicas que prevalecen en una fase determinada de ella, “no es la conciencia de los hombres lo que determina su ser, sino, por el contrario, es su existencia social lo que determina su conciencia” (Marx, 2008 [1859], p. 5).

A contrapelo de la teoría marxista, la cultura, la economía y la política neoliberal suelen apoyarse en un idealismo tosco que no parte de los sedimentos materiales que condicionan o limitan el marco de posibilidades de los individuos. Mucho menos existe un *habitus* incorporado por los sujetos que proporcione los marcos estructurantes con los que desenvolverse en la sociedad. Cabe aquí recuperar los aportes de Bourdieu (2012 [1979]) que ayudan a comprender la configuración de un estilo de vida como forma de distinción, que es a la vez indicador de clase y expresión que denota individualidad. La clase se materializa en el cuerpo, los gustos y las prácticas. De eso se trata el concepto de *habitus* desarrollado por Bourdieu.

La noción de *habitus* de clase resulta de analizar la forma en que similares condiciones de existencia se incorporan en sistemas de disposiciones homogéneos a partir de los cuales pueden surgir prácticas, elecciones o gustos semejantes. En *La distinción*, Bourdieu enfatiza la cuestión de los determinantes económicos y sociales de los gustos:

Se trata de sustituir la relación abstracta entre consumidores con gustos intercambiables y productos con propiedades uniformemente percibidas y apreciadas por una relación entre unos gustos que varían de manera necesaria según las condiciones económicas y sociales de

³ Marx critica el modo idealista de construcción de la mediación dialéctica por parte de Hegel, en su análisis de las relaciones entre familia, sociedad burguesa y Estado. Mientras que la forma real de abordar este problema podría ser que la familia y la sociedad burguesa son la base del Estado, Hegel postulaba que eran formas finitas en las que se expresaba la Idea o el Espíritu del Estado. Marx señala que este procedimiento presenta la realidad empírica como real pero no por sí misma, sino por un fundamento trascendente (la Idea o el Espíritu).

su producción y unos productos a los que confieren sus diferentes identidades sociales (2012 [1979], p. 115).

Bourdieu destaca el carácter más estructural del *habitus* (que rebate la concepción según la cual todos/as tendrían las mismas oportunidades) en tanto observa que este tiende a orientar la acción del sujeto mediante cálculos basados en experiencias previas determinadas por factores de tipo económico y social.

Muchas de las premisas, los postulados, los relatos que se reiteran en el circuito espiritual y que se conectan con el discurso del emprendedurismo (Viotti y Vargas, 2013) velan la realidad social, al pasar por alto los condicionamientos materiales para el bienestar, el desarrollo personal, la actitud de gratitud o el cultivo de la solidaridad.

Así como asciende la experiencia y el desapego de cualquier expresión rígida o dogmática, circula en la espiritualidad heterodoxa urbana un discurso que otorga superpoderes a la intención y a la acción de intencionar.

La posibilidad de edificar un estilo de vida, o de iniciar búsquedas de transformación personal dista de ser una realidad universal en una ciudad de tantos contrastes y desigualdad social como Buenos Aires. La idea de que todas las personas tienen las mismas oportunidades de hacer algo extraordinario con su vida desconoce, se saltea, omite la cotidianeidad de carencias de una parte importante de la población de la ciudad.⁴ Tal idea, vigorizada por la visibilización de casos de éxito y superación de la adversidad, constituye un aporte —más o menos estratégico, según de dónde provenga— a la legitimación de un sistema de vida social, político, económico que no ampara.

Cuento de la caja de pan

Cuando nacemos, el mundo espiritual del que venimos nos entrega una caja con todos los ingredientes para hacer pan. La mayoría de las personas abren la caja, colocan todo sobre la mesa y se divierten en

⁴ En el primer semestre del año 2019, el 24,8% de los hogares y el 34,9% de las personas del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) (integrada por CABA y los partidos del Gran Buenos Aires [GBA]) se encontraban en situación de pobreza. La medición con el método de la “línea de pobreza” consiste en establecer, a partir de los ingresos de los hogares, si estos tienen capacidad de satisfacer —por medio de la compra de bienes y servicios— un conjunto de necesidades alimentarias y no alimentarias consideradas esenciales. (INDEC, 2019).

ese acto. Lo dejan ahí y se van. Muchos otros empiezan a jugar con los ingredientes, hacen una masa, la dejan ahí y siguen, se distraen, se van. Algunos hacen el pan, lo ponen en el horno y se olvidan. Lo tienen que tirar. Otros hornean el pan, llaman a la familia a la mesa, algunos traen algún vecino y comparten el pan. Y muy pocos comparten su receta maravillosa con todos, hacen pan y lo comparten con multitudes. *Todos hemos recibido la misma caja de pan, la misma oportunidad para hacer algo extraordinario, para crear y recrear una y mil veces usando nuestros dones y talentos. ¿Qué hacemos con lo que nos dan? Siempre pienso que el día en que nos vamos alguien nos va a preguntar ¿Qué hiciste con lo que te di? Es una invitación a no distraernos, a no fugarnos, a comprometernos, a ser conscientes, a liberarnos de las memorias de un pasado que no podemos transformar. A soltar toda expectativa y toda ansiedad de un futuro que no conocemos. El único tiempo real para crear algo extraordinario es ahora. Y aprender a vivir en el ahora con confianza es un hábito que se compone de muchas actitudes que sanan. Una de ellas es la actitud de gratitud.*

Transcripción de un relato oral compartido en la cuenta de Instagram @modo.espiritual que acompaña procesos de transformación personal a través de experiencias espirituales, mayo de 2020 (destacado propio). Materialidad y espiritualidad interactúan promiscuamente en este relato que tiene como eje la idea de igualdad de oportunidades.

Me siento parte del colectivo del amor. No ocupa mucho lugar la política en mi vida. Me deprime mucho, me angustia. Soy una mina que por ahí podría estar mucho más informada de lo que sucede, pero la verdad, también me di cuenta de que todo no se puede y querer ser una mina más politizada es presionarme para ser algo que no soy. Siempre me pasó. También como actriz, siempre estaba más conectada con el movimiento, con la fluidez, vivía en otro canal y claro, actriz ¿entendés? todo el tiempo la revolución, estaban mis amigos de izquierda, mis amigos de no sé dónde, los peronistas, esto y lo otro... y yo siempre me quedaba en el medio como buscando un poco más la unión. Siempre me sentí sapo de otro pozo en relación a la política, pero bueno, justo este año me llamaron para unas jornadas del gobierno a nivel nacional, como referente de bienestar y felicidad de la sociedad y me dije “¡Guau! Mirá... me tienen en cuenta para esto”. Me di cuenta de que sí podía tener una voz importante y dije buenísimo, no puedo estar en todo. Yo estoy y me encargo de generar felicidad en la gente. Y cada uno que haga lo que pueda. Cuando voy a ver las mamis de la villa me doy cuenta de que todas somos mujeres y todas atravesamos lo mismo y que no importa ni el nivel social, ni la educación, ni importa la religión. Todas necesitamos transformar, todas necesitamos reconectar con nuestra mujer interior y siento que a mí me

empodera mucho hacer lo que hago y que a ellas las empodera mucho tomar esta práctica. Entonces es como una relación supersana. (Instructora de yoga, 29 años.)

Los discursos que se despliegan en torno al yoga y la meditación pasan por alto las condiciones materiales de existencia y asocian el bienestar con un camino de autoconocimiento y desarrollo interior, en el que se plantean como universales: “el único impedimento para alcanzar lo que se busca es el miedo al cambio”, “la vida es hermosa”, “la vida es un tesoro que hay que aprender a valorar”. Pronunciar “gracias por un nuevo día... y este va a ser un gran día”, así como proponerse “mantener el felizómetro bien alto” se presentan como opciones para un individuo genérico, independiente de su entorno y de sus circunstancias. El ser humano es interpelado como esencia, más allá de sus condiciones de existencia. Las premisas “volver a lo simple” o “buscar el bienestar desde el placer por lo simple”, presentes en ámbitos diversos como el mundo espiritual o el mundo del diseño, suponen tácitamente una inmersión en consumos sofisticados y la posibilidad de elegir cómo se quiere vivir. En la misma dirección, la economía de la experiencia —a la que se hizo referencia en el primer capítulo— gira en torno a los consumos posmateriales de quienes tienen asegurado lo material. Es propia de Occidente —y podría estar siendo puesta en cuestión— la constante aplicación de la inteligencia para el desarrollo de todo tipo de artefacto que eleve el nivel de vida y permita ahorrar esfuerzos. El acercamiento a nuevas experiencias, hábitos y consumos asociados a una espiritualidad reconfigurada sería, en muchos casos, parte de las acciones de despojo de los/as que pueden tener, quienes registran el vacío de satisfacer deseos mediante el consumo de objetos y bienes tangibles. Se reconoce cierto agotamiento o crisis del paradigma de la sociedad de consumo, de la idea de que uno/a es lo que posee o lo que consume.

La tranquilidad, la paz, la felicidad, no por lo que uno tiene, sino ser feliz por lo que es uno, por estar vivo. Que obviamente van y vienen. Son momentos. Porque después entra el ego y la mente que te dicen “sé infeliz porque no tenés esto o sé infeliz porque eso no es perfecto o sé infeliz porque eso no está sucediendo” o por lo que sea. Ahí es cuando vuelve la práctica espiritual para acercarte un poquito más a ese centro. La gente está buscando lo simple en todos los rasgos de la vida. No quiere más las cosas complejas o rebuscadas. No solamente en

la espiritualidad, yo soy diseñador. En la arquitectura, en el diseño, en la moda, la gente está buscando en todos los aspectos de la vida, salir de lo sobrecreado, hay cosas que son de más, y volver a lo simple. Tenemos tanto de todo, tenemos tanta salida, tanta tecnología, tanta ropa... lo estuvimos buscando y cuando lo obtuvimos no nos dio lo que queríamos, ahí nos sentimos como decepcionados. Creíamos en todo lo que nos estuvieron mostrando a través de la publicidad, a través de lo que tiene que ser el estilo de vida, y cuando lo obtuvimos y lo tuvimos y lo vivimos nos dimos cuenta de que eso no era, o que duró muy poco. Muy, muy poco. Entonces, cuando nos acercamos al camino espiritual y nos damos cuenta de que lo que obtenemos es más duradero, digamos en términos de felicidad, de satisfacción o de completud o lo que sea, es más duradero que lo otro y encima no tenemos que salir a buscarlo afuera sino que lo tenemos adentro, entonces digamos, desde el punto de vista matemático, las matemáticas dan. Es más negocio el camino espiritual que lo otro, porque lo otro quieras o no te va a traer de vuelta otra insatisfacción. Y trae mucho cansancio porque uno va, busca el deseo, destapa ese deseo, ese deseo le da algo y apenas destapó ese deseo aparece otra tapa de otro deseo. Cuando destapas la otra, aparece otra y otra, y otra. Entonces sentís que nunca termina y bueno, trae mucho agotamiento y mucha insatisfacción. Uno se siente muy frustrado porque te das cuenta de que todo lo que construyó tu mente diciendo "Bueno, ahora cuando vos tengas esto vas a ser feliz, cuando vos tengas eso vas a sentirte más tranquilo, más completo" cuando lo tenés y se desarma todo ese castillo de arena que armó tu propia mente y decís "Uy, ¡de vuelta!". Entonces vas a buscar otra cosa y así sucesivamente. Cuando te topás con el camino espiritual, saboreás que el castillo no es de arena sino que es más fuerte y encima lo tenés dentro tuyo. (Practicante de yoga, hombre, 35 años.)

Como que la televisión tiene un rol rezarpado en lo que es la mente, esas mentes que se sientan en un bar hermoso a charlar sobre la China Suárez, porque no tienen más nada de qué hablar, de la misma manera están programadas para comprar, comprar y comprar. Entonces, van, trabajan, gastan. Van, trabajan, gastan... y gastan en doce cuotas. Y de repente te creás alrededor una situación que no podés sostener pero posteás en Facebook para mostrar qué bien que estás. Pero en realidad no sé si estás bien. Estás aprobado por lo que los medios te bajan como *cool*. Pero vos estás laburando como un negro para sostener y seguir siendo *cool*. Y no podés dejar este trabajo que te está haciendo mal. Entonces terminás

yendo a lo espiritual. Para mí, más o menos, esa es la rueda que yo veo que ocurre. En cuanto te animás... por ejemplo, yo me bajé de un Fiesta 0 km azul y ando en bicicleta. Tomá vieja. Lo vendí y no tengo auto. Llega un momento en que te das cuenta de que no estás feliz y que tu alma está vacía. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Particularmente en el ámbito de la meditación, la centralidad de la palabra hace que la negación de lo material resulte mucho más explícita. El célebre orador motivacional Deepak Chopra⁵ ofrece en su sitio de Internet un conjunto de meditaciones, entre ellas un reto de meditación de 21 días, denominado “Creando abundancia”, que fue mencionado en la instancia de entrevistas (y por el cual quien escribe resultó interpelada en dos oportunidades durante 2020, ya que el reto propone crear un grupo de Whatsapp para convocar a otras personas a que lo hagan). El primer día es gratuito y para completar los 20 restantes hay que estar dispuesto/a a pagar 49,90 euros, aunque la “promo” por “compra ahora” permite acceder por 14,90 euros. Se torna evidente que se asiste a una manifestación directa de la mercantilización de la espiritualidad.

Lo que interesa iluminar en este marco es que la invitación a experimentar la realidad de abundancia en la vida de cada uno/a convierte en interlocutores/as imposibles a quienes no acceden a las condiciones elementales de bienestar como vivienda, nutrición, salud o educación. En cada una de las tres semanas de meditaciones diarias se trabaja un aspecto de la abundancia. En la primera (“Preparándose para la abundancia”), el foco está en el “potencial ilimitado”; durante la segunda (“Creando abundancia”), la atención se pone en cómo la abundancia se relaciona con las siete leyes espirituales del éxito de Deepak Chopra, comenzando por la “ley de la potencialidad pura: ¿qué es exactamente lo posible?”, que se basa en la idea de que, en nuestro estado esencial, somos conciencia pura, y eso nos hace potencialidad pura. En la tercera semana (“Viviendo en abundancia”), los aspectos prácticos de la abundancia ocupan el centro de la escena. Las referencias al “poder de la intención” y “la importancia de vivir agradecidamente, sin preocupaciones, con amor y en unidad para crear un ambiente de abundancia en torno a nosotros”, junto con el costo del producto, restringen la

⁵ El escritor y médico indio reside en La Jolla, California, Estados Unidos, donde fundó y dirige el Centro Chopra para el Bienestar y el Instituto Médico Mente-Cuerpo. Ha publicado más de 25 libros, entre ellos: *Las 7 leyes espirituales del éxito*; *Rejuvenezca y viva más tiempo*; *Jamás moriremos*; *El alma del liderazgo*; *La receta de la felicidad*.

posibilidad de que grandes sectores de la sociedad puedan resultar interpelados, aunque tampoco parece ser el propósito. El día uno de la meditación es “un viaje a la quietud y el silencio, para experimentar la auténtica conciencia de la abundancia”.⁶ Chopra comienza por definir la verdadera abundancia: “Es la experiencia en la que se satisfacen fácilmente nuestras necesidades, y nuestros deseos se cumplen espontáneamente”. Se comunica la idea de que no es necesario buscar la abundancia, sino tomar conciencia de ella:

Cada uno de nosotros siente la abundancia todos los días, en la dicha inagotable de un niño, la luz brillante del sol que inunda un recinto al abrir los ojos ante un nuevo amanecer, en la cantidad de amigos y familiares con los que siempre contamos. También la naturaleza refleja la abundancia en todo su esplendor, vibrantes campos de flores exóticas, majestuosas cimas montañosas, bosques exuberantes y aromáticos, y la rica y variada fauna que prospera en nuestro planeta.

Mediante referencias a los granos de arena en la playa, las estrellas y las millones de moléculas que componen el cuerpo humano, se afirma que “en la naturaleza, en el universo e incluso en nosotros mismos, no existe nada semejante a la escasez o la carencia”. El planteo es que, una vez que se incorpora este conocimiento, es posible abrazar el concepto de la abundancia ilimitada, “sabiendo que los deseos en su corazón siempre están al alcance, siempre y cuando usted esté en disposición a recibirlos y compartir sus dones con el resto del mundo”. Se incluye como consigna dedicar un tiempo a “presenciar ejemplos de abundancia dentro de ti mismo y a tu alrededor” en el transcurso de la jornada, como senda para “observar las innumerables riquezas que nos brinda el universo en todo instante y comenzar a vivir la conciencia de la verdadera abundancia”. La elección de una posición cómoda, la liberación de todos los pensamientos a través de la repetición sin esfuerzo del mantra *So Ham*⁷ y el foco en la entrada y la salida de la respiración permitirán conectar con la fuente desde la cual emana toda la abundancia. Tras concluir el primer día del reto de meditación, se invita a seguir con la jornada,

⁶ Esta y las citas siguientes fueron tomadas de deepakchoprameditacion.es.

⁷ El mantra es una palabra o frase en sánscrito que tiene como objetivo relajar e inducir a un estado de meditación en quien la canta o la escucha. *So Ham* significa “Yo soy eso”. Cuando se usa para la meditación, ayuda a controlar una respiración profunda y a ganar concentración: *Sooooo* es el sonido de la inhalación y *Hammmmm* es el sonido de la exhalación.

disfrutando el beneficio de haber comprendido que la verdadera abundancia está en el ser interior y recordando la idea central: “Hoy yo acepto toda la abundancia que me rodea. Hoy yo acepto toda la abundancia que me rodea. Namasté”.⁸

Otros paquetes de 21 días que promociona Chopra, como “El viaje hacia la salud perfecta” (a “solo 37€ en lugar de ~~49.90€~~”) o “Relaciones extraordinarias” (a €49,90 aunque “pagas sólo 27€ con el código de cupón REL19”), refieren al poder de las intenciones, a la apertura como actitud y a la alegría, la gratitud y la aceptación como estados a alcanzar a través de la conciencia personal. Lo que se registra como regularidad es la transmisión de un mensaje que posiciona la conciencia individual como punto de partida y factor determinante de la vida de las personas.

Retomando la escena del yoga en CABA, pero manteniendo la atención en un universo de discursos y prácticas que separa el bienestar de lo material, también se registra *la idea de que el yoga y la meditación son prácticas creadoras de igualdad* y de que todos/as están en las mismas condiciones para elevarse espiritualmente. En la meditación masiva organizada por El Arte de Vivir hacia fines de 2015, se preguntó a 32 concurrentes si consideraban que las prácticas vinculadas a lo espiritual se manifiestan por igual en todas las clases sociales. Con solo una excepción —“pienso que a la gente de menores recursos le está llegando más tarde todo esto. Creo, no sé, no tengo muchas herramientas”. (Hombre, 41 años, evento América Medita, 19 de diciembre de 2015)—, respondieron que sí:

Eso va en cada uno. Yo creo que va en cada uno. La clase social no tiene..., hay gente muy humilde que medita y gente de muchísimo poder adquisitivo que medita... no, no creo que haya alguna diferencia. Eso está en cada uno. (Mujer, 61 años, evento América Medita, 19 de diciembre de 2015.)

⁸ “Namasté” es un saludo de origen sánscrito, se utiliza al encontrarse y al despedirse, también para pedir, dar gracias, mostrar respeto o veneración y para rezar. Normalmente se acompaña por una inclinación ligera de la cabeza hecha con las palmas abiertas y unidas entre sí, ante el pecho, en posición de oración.

La idea de que “todo lo que sucede es perfecto” (otro extendido axioma del circuito yogui porteño) puede ser entendida como manifestación de la disyunción con las circunstancias de carencias materiales, que sofoca la inquietud capaz de activar el cuestionamiento de un orden social profundamente desigual, y solo puede penetrar sin fricción en un sector que se mantiene aislado de la pobreza. Se trata de un postulado radical que consagra lo existente y aquieta o inhibe cualquier impulso de transformación de vínculos o situaciones injustas. “Dejar la zona de confort” es otro desafío que se propone en el plano espiritual y subjetivo, como acto que se lleva a cabo desde la voluntad y el atrevimiento personal. Esta consigna circula como condición de posibilidad o punto de partida para una revolución personal mediante la que el éxito deje de ser entendido como una meta concreta para asumirse como un estado, una sensación.

Voluntad, amor, paciencia, buenas intenciones y afirmaciones rotundas en relación con el rumbo que se desea tomar se enuncian como los ingredientes necesarios para el buen vivir. La confluencia entre estas proclamas y la forma cultural neoliberal tiene lugar tanto en la igualación de oportunidades como en el ocultamiento de la determinación material de la vida social, política y espiritual. Una concepción espiritual de la vida puede desarrollarse únicamente sobre una base material segura, pues solo entre quienes tienen resuelto el bienestar material se revela banal la promesa de felicidad y de vida buena a través del consumo, y entonces se encara una búsqueda que trasciende las posesiones.

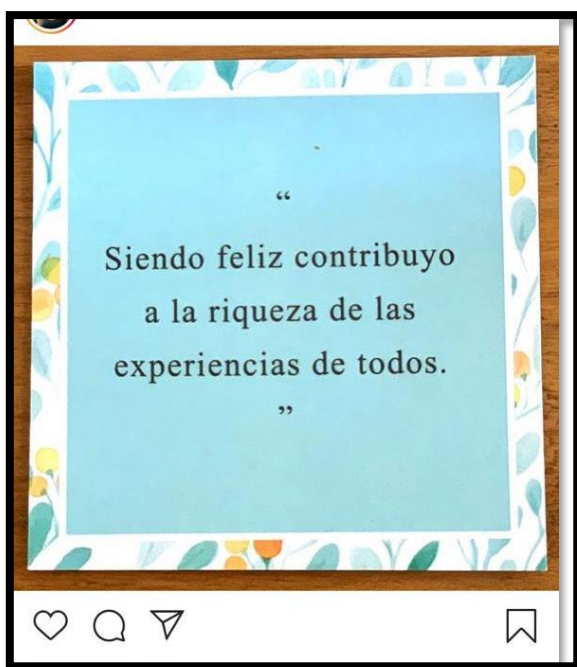
*

Es frecuente que el bien común se conciba como el resultado de un proceso que estaría conformado por tres etapas: *cada uno/a busca estar bien y feliz consigo mismo/a (autogestión del bienestar) → buenas relaciones interpersonales → generalización del bienestar (o bien común)*. El desarrollo interior y personal es entendido como paso ineludible para aceptar y vincularse con los/as demás y como condición para que los bienestares individuales se sumen.⁹

⁹ En relación con este punto, Bolstanski y Chiapello (2002) rastrean la idea de la persecución del interés individual como contribución al bienestar general en el campo de la historia de las teorías económicas. Observan que “la incorporación del utilitarismo a la economía ha permitido que se asuma como ‘natural’ que ‘todo lo que es beneficioso para el individuo lo es también para la sociedad. Y por analogía, todo lo que engendre beneficios (y sirva, por lo tanto, al capitalismo) sirve también a la sociedad’”. (pp. 49-50).

Aceptarse uno/a para aceptar al/a la otro/a es una representación dominante en el universo yogui. Se percibe que los procesos de transformación interna inciden en la forma de vincularse con los demás y, de esa manera, colaboran con el bienestar general. Circula la propuesta de aceptación empática, por la cual, a través de la aceptación de uno/a mismo/a y de las propias frustraciones, es posible acercarse al/a la otro/a desde un lugar distinto. Asimismo está presente la idea de sistema, de que si una de las partes del sistema se modifica, todo el sistema cambia. *Son sistemas privados*, amigos, familia y trabajo, principalmente, aunque en menor medida se aluda a relaciones interpersonales ocasionales en el ámbito público (“hablarle mejor al taxista cuando voy manejando”, por ejemplo).

Como muestran Viotti y Vargas (2013) en su observación de eventos de espiritualidad y de emprendurismo empresarial, se extiende y vigoriza una concepción del individuo como eje de la transformación, que da cuenta de elementos propios del liberalismo en sentido clásico. Sin embargo, se incorporan elementos como el “universo” o la “energía”, que dan forma a una versión singular que se presenta como integradora de la interioridad y de los/as “otros/as”.



Captura de Instagram. Cuenta con más de 26.000 seguidores de una “Profesora Internacional de Yoga, Terapeuta de Liberación Emocional, Health Coach, Embajadora @reebookargentina”.

No hay que crear una mejor sociedad, se va a crear sola cuando creemos mejores individuos, y crear mejores individuos significa hacer todos, al ritmo que uno quiera, un camino de espiritualidad, de ver hacia adentro qué es lo que somos. (Practicante de yoga, hombre, 35 años.)

Ganamos todos cuando meditamos porque te sentís mejor vos y se siente mejor el resto. (Hombre, 41 años, evento América Medita, 19 de diciembre de 2015.)

Yo creo que cuando vos estás bien, de alguna manera levantás un poco a tu entorno y tu entorno... ¿entendés? Si vos estás mejor lo podés contagiar. Esa podría llegar a ser una contribución copada. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Si yo me empodero a mí misma, yo lo voy a estar empoderando al otro seguro, como que voy a estar contagiándolo de esa energía. (Instructora de yoga, 29 años.)

Cada uno tiene que primero buscar su propio equilibrio para después abrirse a mirar al otro, no se puede llevar a otro al equilibrio si uno está en desequilibrio. (Instructora de yoga, 52 años.)

Centrarse en uno mismo es la única forma de poder estar para el otro bien. Yo lo veo como la forma de poder relacionarme mejor con el otro. (Practicante de yoga II, mujer, 33 años.)

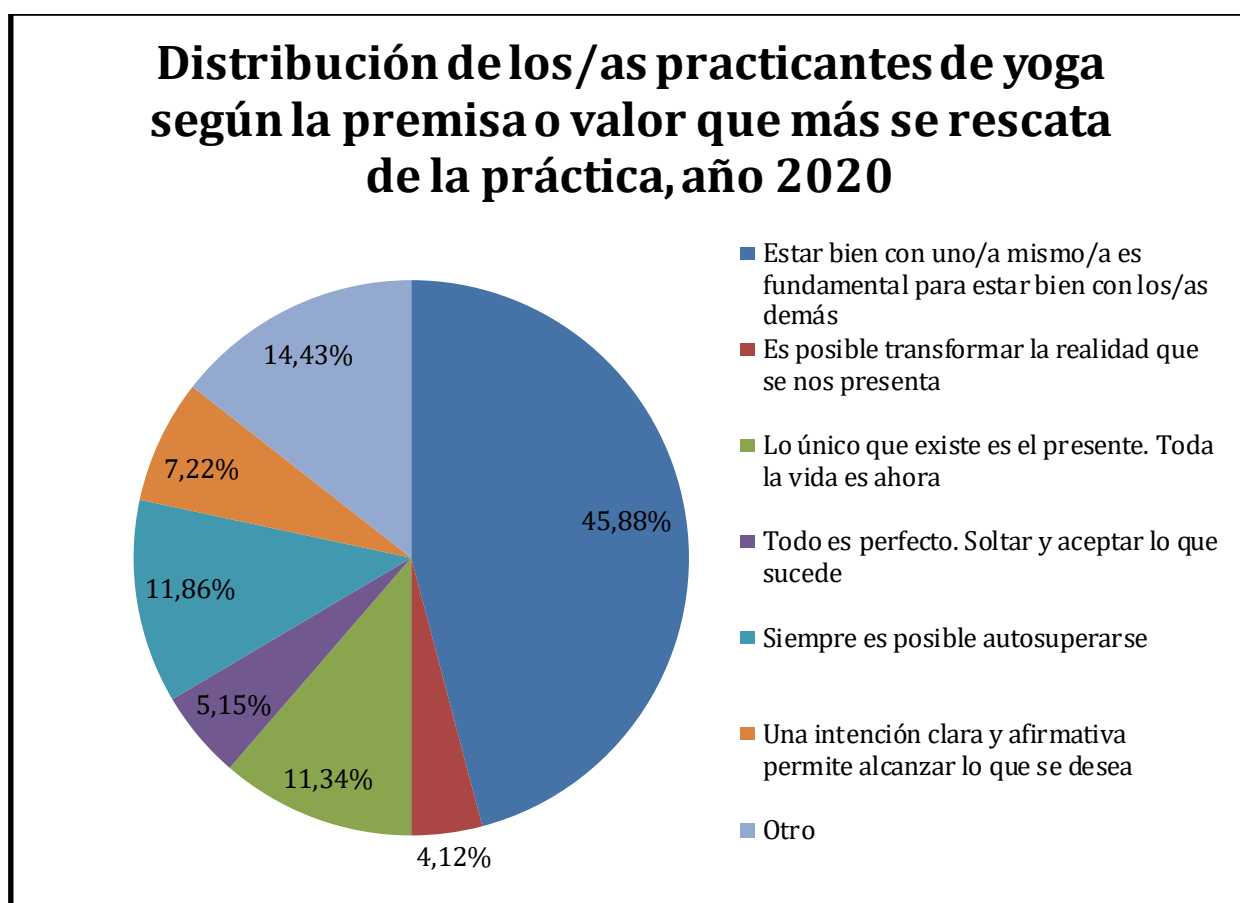
Eres una mejor mamá si eres una mamá serena, eres mejor esposa si eres una esposa serena, eres mejor jefe si eres un jefe sereno y un novio sereno ni te cuento. (Instructora de El Arte de Vivir, 62 años.)

Me parece que el otro y uno somos lo mismo. Mi percepción es que si yo me escucho más a mí mismo, también reconozco en el otro algo muy de hermano mío. Conecto más con el otro cuando estoy conectado conmigo. (Instructor de bioenergética, 34 años.)

La percepción del repliegue como contribución es un elemento central del universo yogui urbano, que resultó fortalecido en el contexto de pandemia por COVID-19, cuando la

insularidad social alcanzó su cumbre y se asumió que “quedarse en casa” era una actitud de compromiso y cuidado del prójimo.

La encuesta realizada vía redes sociales a practicantes regulares de yoga mostró la potencia con la que circula la idea del bienestar personal como primer y fundamental paso para el bienestar general, en tanto más del 45% de los/as encuestados/as señaló que “Estar bien con uno/a mismo/a es fundamental para estar bien con los/as demás” es la premisa o valor que más rescata de la práctica de yoga, entre siete opciones posibles. La segunda opción más escogida fue “Otro”, con el 14,4%. Le siguieron “Siempre es posible autosuperarse” con casi el 12% y “Lo único que existe es el presente. Toda la vida es ahora” con el 11,3%.



La práctica regular de yoga y/o meditación resulta procesada como solución personal a un modo de vida social. Cada uno/a se hace cargo de lo que le sucede a su cuerpo, y eso no se lee como desamparo, sino como empoderamiento. La paz interna, capaz de multiplicarse en paz

interpersonal, e incluso global, muchas veces se construye como lo opuesto a la política (que no puede ser capturada en su sentido amplio de acción transformadora y circula en un sentido de lucha por el poder). Entonces se traza la imagen de que, mientras la política divide en el plano social, la espiritualidad reúne en torno a un sentido planetario, a un nivel superior. Afirmaciones como “no registro la política”, “es algo con lo que no puedo conectar”, “no me identifico con eso”, “no sé el nombre de ningún político” resultan habituales entre las subjetividades clasemedieras porteñas. *La transformación se personaliza y se concibe como fruto del autoconocimiento y del desarrollo interior.* Esta visión circula en y converge con un orden social neoliberal anclado en un individualismo atravesado por la despreocupación por las injusticias sociales y la ética del triunfo personal.

Nosotros estamos aquí para transmitir la paz, no para hacer debate político. Cada uno piensa lo que quiere y se respeta. Armonía en la diversidad. Tú eres distinta, yo soy distinta, él es distinto. Estamos aquí para transmitir serenidad y no para crear problemas. (Instructora de El Arte de Vivir, 62 años.)

El camino del desarrollo interior traza un recorrido de autoobservación con vistas a afirmar aquello que hace bien y descartar o tomar distancia de lo que resulta perjudicial para el propio ser. Lo que ocurra más allá de cada uno/a no tiene relevancia y solo puede representar un obstáculo a sortear. Permanentemente la práctica de yoga invita a llevar un registro íntimo: volver al eje, a los pies, al enraizamiento, al sentimiento, al corazón, entrar en contacto con el propio cuerpo, con el propio pulso, con la propia respiración, con el propio espíritu. Se trabaja de manera individual, desde y para uno/a mismo/a.

En su circulación, la idea de que “pase lo que pase fuera, dentro nuestro somos luz, amor y paz”¹⁰ puede legitimar la indiferencia y el desinterés por lo público, lo compartido, lo social. La búsqueda de ser cada vez una mejor versión de uno/o mismo/a incluye interrogantes y discernimientos alrededor de las luces y sombras propias, de los principios/valores/mandatos/conductas heredados y el rumbo que se desea tomar.

¹⁰ Textual de una meditación publicada en la cuenta @modoespiritual en Instagram.

Durante la práctica de yoga, la observación, el registro y la conciencia se llevan a un plano interno, a la respiración, a la precisión de las posturas. Más allá de ella, la evolución es personal, como también lo son aquellos recovecos en los que se husmea para reconocer que pueden ser de otra forma. Se trata de un trayecto que discurre por un solo carril, con la presunción de que aporta a un panorama general de fluidez y bienandanza. La instancia interior, única, esencial es individual, como lo son el personaje, el rol, las obligaciones de las que hay que desprenderse para llegar a ella.

En yoga es como que te metés más para adentro. (Practicante de yoga, mujer, 60 años.)

Yo creo que el yoga es mi momento de que no contribuyo con nadie. Es conmigo. (Practicante de yoga, mujer, 33 años.)

Para poder nadar bien en esta pileta necesitamos salir un poco, relajarnos, estar solos. (Practicante de yoga, hombre, 35 años.)

Es posible pensar en algunos puntos de contacto entre los discursos y las prácticas del universo yogui y aquellas unidades de sentido, macroproposiciones y pautas de acción que circundan en torno a otro auge urbano como el *running*. La idea de que solo por poseer un cuerpo sos un atleta en potencia invita a una cruzada personal destinada a alcanzar la mejor *performance* (Hijós, 2013).¹¹ Nuevamente un imaginario que les otorga un espacio central a la intención, a la idea de que todo es posible para quien se lo proponga y a una socialidad que se afinsa en la sumatoria de individualidades comprometidas con el despliegue de su mejor forma.

El universo espiritual propone *dar lugar al cambio, destruir para poder construir, soltar, todo ello en un plano íntimo y personal*. Asumir el cambio constante, aceptar lo que sucede pero también romper con la inercia en el sentido de conservar siempre un foco en aquello que cuerpo-mente-espíritu está manifestando. El horizonte constituido por “la paz en la mente, la alegría en el corazón y la armonía en todo el cuerpo” (otro de los postulados presentes en la

¹¹ “Tenés un cuerpo, sos un atleta” era la frase grabada en una de las paredes del local de Nike en el Alto Palermo por 2013, cuando Nemesia Hijós (2013) escribe sobre el *running*, poniendo el foco en los consumos que rodean esta práctica y la búsqueda de fidelización por parte de las marcas.

práctica de yoga) da cuenta de tres niveles en un mismo plano personal, que en su exuberancia relega la consideración de la otredad a una segunda etapa. El bienestar particular resulta un paso primordial para una vinculación con lo que existe más allá.

La centralidad de lo individual en la manera de concebir y buscar el bienestar también se evidencia en diversos procesos que involucran la noción de conciencia. Es así que una y otra vez los/as practicantes vinculan el yoga con *procesos de toma de conciencia que refuerzan el repliegue*. El entorno solo tiene cabida en cuanto afecta al ser interior.

Ser más consciente es estar más conectado con lo que el ser como unidad cuerpo-mente-espíritu necesita en cada momento.

Ir caminando y cruzar a la vereda del sol, darme cuenta de qué momento estoy atravesando, qué necesito y ese pequeño lugar de “bueno, esto me vendría mejor”. (Instructora de yoga, 33 años.)

Consumo consciente en general, alimentación consciente, cocina consciente, nutrición consciente, gimnasia consciente, conciencia corporal, conciencia postural, conciencia ambiental, conciencia del trabajo personal, conciencia de los logros, separación consciente cuando se trata de preservar a los/as hijos/as de una pareja que decide poner fin a su relación son premisas para la acción en el marco del universo yogui. En el plano de la alimentación, es frecuente que el derrotero por el vegetarianismo, las propuestas veganas o las ayurvédicas, confluyan en una relación de conciencia con el alimento que se materializa en un registro de lo que necesita y le hace mejor o peor al propio cuerpo, un alejamiento de los productos ultraprocesados y una mayor aproximación a lo orgánico o lo fresco. Además, el reemplazo de las verdades absolutas (del tipo “es elemental el aporte nutricional de los lácteos”) por la idea de que “cada persona es un mundo” —más allá de su robusta argumentación y evidencia— hace su aporte al egocentrismo que se enaltece en la edificación minuciosa de la dieta personal. Frente a la automaticidad somnolienta del consumo de objetos tangibles, se opta por un despertar que radica en hacer consciente todo lo que pasa por el cuerpo. Tal como se mencionó en el capítulo precedente al desarrollar la idea de estilos de vida maleables entre los/as yoguis urbanos/as, en torno a la alimentación se instalan hábitos que no suponen rigideces. Sin dejar nada afuera, se

busca ser consciente de lo que se come o “tener una relación consciente con el alimento”. En este plano personal se da la transformación, “es una revolución consciente de lo orgánico, del cuidado, del bienestar, del no cigarrillo”. Una evolución que necesita ser mostrada, exhibida, compartida en redes sociales sin por ello dejar de ser individual.

Resulta interesante pensar aquí en cómo entran en juego la conciencia ambiental —en ascenso en la población de estudio— con la conciencia social o la conciencia de darse —en declive desde hace décadas entre los sectores urbanos identificados con las clases medias—. Resulta provocadora la idea de que las banderas del cuidado ambiental y de la protección animal puedan ser tomadas por un sector social desfavorecido, que no accede a los derechos más elementales. En tanto sociedad y Estado no asuman que el concepto de desarrollo sostenible implica y contiene necesariamente la mitigación de la desigualdad social, la defensa de los derechos ambientales, con énfasis en problemáticas específicas y muy resonantes, como el cambio climático, suele converger en tiempo y espacio con discursos neoliberales, en tanto centra el foco en el panorama que heredarán las generaciones venideras, relegando la responsabilidades de los Estados de asegurar una vida digna y un acceso efectivo a la ciudadanía a los/as excluidos/as de hoy.¹² En este sentido, es frecuente que los gobiernos latinoamericanos que no se comprometen o no logran transformar la realidad social de muchas personas sumidas en la pobreza enarboleden tópicos constatables a mediano o largo plazo.

Por otro lado, prácticas como la separación de residuos o la utilización de carritos para hacer compras se extendieron y consolidaron durante la última década como conductas individuales de los/as habitantes de CABA. Un artículo periodístico publicado en marzo de 2019 repone los datos de una encuesta realizada por la defensoría del pueblo de la ciudad que muestra que más de 7 de cada 10 porteños/as separa los residuos en su casa. Un 46,7% indicó que “siempre” separa sus desechos, mientras que un 24,4% declaró que lo hace “casi siempre”.

¹² Es similar a lo que sucede con la teoría de la tasa de retorno de la inversión, ampliamente difundida y considerada en muchos planes de desarrollo nacionales a partir de los estudios de James Heckman, que —más allá de su solidez lógica— pone el acento en los derechos de las generaciones futuras, corriendo el foco de los derechos de los/as pobres de hoy y de las responsabilidades que al respecto le correspondería asumir a los Estados. Heckman es un economista y profesor estadounidense de la Universidad de Chicago, galardonado con el Premio Nobel de Economía en el año 2000. Sus estudios econométricos promueven la inversión en la primera infancia como una estrategia efectiva para reducir los costos sociales futuros. Puede encontrarse más información en <https://heckmanequation.org/resource/la-inversion-en-el-desarrollo-durante-la-primer-a-infancia-reduce-deficits-y-fortalece-la-economia/>.

Las respuestas sobre la separación de basura resultaron distintas según el barrio de residencia. Los resultados en la Comuna 14 (barrio de Palermo) indicaron que la práctica de la separación de residuos está más arraigada entre los/as vecinos/as, dado que aquellos/as que dijeron que lo hacen “siempre” y “casi siempre” sumaron un 86,3% (“El 71% de los porteños dice que separa la basura pero muchos advierten que faltan contenedores verdes”, 24 de marzo de 2019). Estos datos dan cuenta de la amplia difusión y educación ciudadana relativa al aporte que cada uno/a puede hacer para reducir la contaminación que produce el calentamiento global, a través de la incorporación de hábitos como la separación de residuos o la utilización de bolsas de tela. Mientras tanto, no se registran avances pronunciados en materia de regulación de diversas actividades económicas altamente contaminantes. La cuestión ambiental no avanza hacia una solidaridad colectiva y activa que se proponga limitar la apropiación de la naturaleza por parte de empresas transnacionales, el desplazamiento de campesinos/as y pueblos indígenas o la degradación a gran escala de los recursos naturales no renovables causada por actividades extractivas. Bajo el orden socioeconómico y cultural neoliberal, el capital no reconoce límites a su expansión; no hay cantidad de beneficio, ganancia o consumo que resulte suficiente o excesiva. Los gobiernos pregonan la integración en la economía global, en lugar de diseñar programas sociales universales con el objetivo de reducir la desigualdad y de establecer regulaciones en el mercado para servir al bien común, bienestar pensado y experimentado colectivamente. Bajo la guía del libre mercado, el sistema neoliberal contribuye a catástrofes naturales como la acidificación de los océanos, la deforestación, la pérdida en materia de diversidad biológica y el calentamiento global. La revolución personal no es suficiente para detener estos procesos.



Che vegano es una “comunidad” que estimula el consumo de productos 100% vegetales. Al ingresar a su web se lee: “Promovemos el consumo saludable y consciente para crear el mundo que queremos”. ¿Cómo se diferencia la articulación que promueve esta plataforma entre las ideas de revolución y consumo, respecto de la que se manifestaba entre los dos conceptos cincuenta años atrás? ¿Puede ser el veganismo una realidad universal en una ciudad de desigualdad y profundos contrastes sociales como Buenos Aires? ¿Puede el veganismo convivir con una falta de empatía y solidaridad hacia otros seres humanos? Este como tantos otros emprendimientos que se desarrollan gracias a las posibilidades que provee la tecnología, apunta a un cambio a escala individual que, por sumatoria, devenga en un bienestar general. Un llamamiento a la revolución personal como contribución individual.

El despertar, la transformación y el bienestar se procuran a través de búsquedas personales. Esta personalización de la revolución es otro de los imperativos de la forma cultural neoliberal, y en su circulación resulta hecha a medida de un mercado que continúa profundizando la concentración de la riqueza. Cada uno/a es una mente-cuerpo-espíritu que integra el *universo*, el *cosmos* o la *humanidad* antes que la *sociedad*. *Lo que conmueve, genera vínculos y aglutina es algo más intangible, más infinito e inabarcable, más arrojado a lo natural e involuntario que los hechos sociales.*

Lo que más amo es la naturaleza. Pero no tengo una flor por adorno ni tengo una mascota. Son seres, para mí. Ellos transmiten una energía y a la vez mi mirada les transmite a ellos un reconocimiento. (Instructora de yoga, eutonía y bioenergética, 67 años.)

También puede haber identificación con colectivos diversos, que mantienen alejadas las ideas de rebaño y doctrina, así como los aferramientos extremos. Si hay una identificación, prevalece una conducta evasiva con respecto a las definiciones taxativas. (“Por ejemplo, me identifico con

la causa feminista pero no te voy a decir ‘soy feminista’ entiendes?” [Instructora de yoga, 42 años.]) El punto de llegada promete la serenidad, el equilibrio, la sonrisa, la buena salud, la paciencia, mejores relaciones familiares, más alegría a pesar de las circunstancias. Con respecto a los plazos, si bien el camino de la transformación se asume como permanente, se perciben cambios en poco tiempo, lo que le da un baño de efectividad a esta tendencia masiva.

*

El desarrollo interior y personal que asegura la manifestación de la mejor versión de cada persona resulta una buena preparación para sujetos que tienen que asumir con entusiasmo la cualidad de emprendedurismo y la tarea de management del yo (Arizaga, 2017) que el orden sociocultural exige. Dejando atrás un paradigma de maestro y rebaño,¹³ el sujeto empresa se despliega como maestro creativo de sí mismo y compite primeramente consigo mismo (Han 2012 y 2014). La figura del/de la empresario/a de sí no resulta buen abono para los vínculos de solidaridad; además contribuye a desechar la noción de clase social y a diluir el rol del Estado como garante de derechos universales. Lograrán ser incluidos/as quienes se doten de recursos y desarrollen las aptitudes necesarias para convivir con riesgos e incertidumbres.

¹³ Ilustrando una vez más el proceso por el cual el capitalismo desarma la crítica en sus reformulaciones, Boltanski y Chiapello (2002) reconocen en este proceso de ensalzamiento de la autenticidad y la libertad, que caracteriza el tercer espíritu del capitalismo, “el eco de las denuncias antijerárquicas y de las aspiraciones de autonomía que se expresaron con fuerza a finales de la década de 1960 y durante la de 1970” (p. 149). Muchas cualidades puestas en valor en el marco del más reciente espíritu del capitalismo están sacadas del repertorio del Mayo Francés, pero puestos a operar al servicio de las fuerzas que aquel movimiento criticaba radicalmente.



En este flyer de 2019 que publicita el curso ofrecido por un espacio cultural del barrio de Palermo se interpela a los/as actores/actrices como empresarios/as de sí que deben salir al mercado con herramientas alternativas, para desenvolverse en un escenario sin marcos contenedores ni garantes de protección.

El sujeto empresa se ilumina y se vigila a sí mismo (Han, 2014, p. 93), es convocado a idear y a gestionar sus propios emprendimientos, cultivando el atributo de fluir en el cambio. No hay líderes aglutinadores/as que marquen su camino, jefe/a, ni Estado garante, por lo que debe hacerse de las herramientas adecuadas para moverse, estar concentrado, ser eficiente pero también creativo. Desarrolla sus propias estrategias de *management* del yo, aspecto consonante con la marcada dificultad por identificarse con algún colectivo organizado en torno a posicionamientos o reivindicaciones concretas, que también se puede vincular con el alejamiento de la política como espacio de transformación social. Se tranquiliza al asumir que "la única previsión posible es la aptitud para el cambio"; que todo en el mundo cambia, que la vida es cambiante y que reconocer eso permite convivir con la incertidumbre. Percibe el proceso de autogestión como una oportunidad para el autodescubrimiento, la apropiación de los recursos y las habilidades propias y el empoderamiento personal.

La cultura del emprendedurismo es evidencia de la extensión de modelos de gestión empresarial hacia la sociedad en general en el marco de la hegemonía neoliberal (Murillo, septiembre de 2014; Murillo, 2015). Como plantea Bauman (2007) en *Vida de consumo*, la tan divulgada y reiterada idea en las democracias occidentales de que se habita un país libre implica que “el tipo de vida que uno desea vivir, cómo decide vivirla y qué elecciones hace para lograrlo dependen de uno, y es uno el único culpable si todo eso no conduce a la tan añorada felicidad” (p. 121). Es por esto que la alegría de la emancipación se presenta tan íntimamente enlazada con el horror de la derrota.

El universo yogui ofrece a los/as practicantes recursos que pueden resultar oportunos para el desarrollo de trayectorias profesionales y vitales signadas por el pasaje de la autoridad a la autonomía y la integración del riesgo, la incertidumbre y la flexibilidad en las prácticas cotidianas. A través de cada asana (postura), los/as practicantes de yoga entran en contacto con la entrega y la confianza en que sí se puede.

Lo más importante que te enseña la práctica, para mí, es que todo es posible. Que si vos tenés esa disponibilidad y ese foco en ponerte todos los días arriba de tu *mat*, no por conseguir la postura en sí, pero sí por decir “esto pensé que nunca lo iba a hacer, pero pude”. Para mí es un laboratorio de lo que te pasa afuera. Lo que aprendés transitando esa situación de una postura incómoda que no te gusta o no te sale te sirve después en la vida. (Practicante de yoga II, mujer, 33 años.)

En las clases de yoga se transmite una y otra vez que, al realizar las posturas, el objetivo no pasa por tocar o llegar a determinado lugar del cuerpo, sino por alcanzar el máximo potencial que cada uno/a tiene y debe descubrir a su tiempo. La competencia es con uno/a mismo/a. Hay una confianza absoluta en la posibilidad de progreso a través de la práctica. Ese modo de empoderamiento de los sujetos los robustece y consolida para su vuelta a un terreno que les exige versatilidad y capacidad de generación de proyectos, más aún a aquellos/as profesionales que se vuelcan a una dinámica laboral de tipo *freelance*.¹⁴

¹⁴ Según advierte el documento “El mapa del trabajo argentino 2019” elaborado por el Centro para la Evaluación de Políticas basadas en Evidencia (CEPE) de la Universidad Torcuato Di Tella: “Un patrón que es común a todas las

Asimismo, entre los/as instructores/as también es posible identificar la figura del/de la emprendedor/a. Ellos/as pueden construirse como empresarios/as de sí a través de sus clases, su presencia en redes, sus propuestas originales y alternativas en un escenario urbano en el que proliferan los espacios y las ocasiones en las que practicar yoga. Algunos/as ofrecen clases para empresas, otros/as son contratados/as en el marco de iniciativas gubernamentales o de grandes eventos gratuitos para el público. Una de las instructoras entrevistadas es una reconocida *instagrammer* orientada al mundo femenino, que cuenta con más de 120.000 seguidores, escribió columnas para la revista *Ohlalá* y lleva publicados dos libros editados por Penguin Random House. Da clases, organiza talleres y viajes espirituales (“vamos a hoteles muy lindos, cero *hippie* nuestros viajes”) y ofrece su servicio en eventos mediante cinco propuestas de *masterclass*. Tiene diversas formas de vinculación con marcas como Reebok y L’Oréal. Su sitio web es el lugar perfecto para encontrarse de frente con la idea de sujeto empresa o empresario de sí.

Creo que parte de mi trabajo es llevar un mensaje motivacional cada día. Como soy referente para todas estas personas, me siento en una responsabilidad muy grande de transmitir cosas inteligentes y no pelotudeces. Incluso tengo contratos con marcas, que tengo que mostrar una foto de un shampoo y cuando recién tuve que hacer una foto y era “¡Qué paja hacer esta foto!”, pero bueno, por otro lado son marcas que yo elijo porque también son marcas conscientes, que también tienen una comunicación muy linda y transmiten cosas lindas. Uso Instagram y Facebook para mostrar mis clases, pero también hago vivos... mi vínculo con las

regiones del país es la participación de los cuentapropistas, que en todos los casos ronda cerca del 25%, con excepción de la Patagonia, en donde representa el 19% de los ocupados. Más allá de esta similitud, si desagregamos a estos trabajadores independientes según su nivel educativo y región observamos algo interesante. Naturalmente, el nivel educativo de los trabajadores independientes se encuentra correlacionado con el nivel educativo de los ocupados en general. Es esperable cierta independencia entre el nivel educativo y la forma de relación laboral de las personas. Sin embargo, podemos observar algunas diferencias entre las regiones de Argentina: en casi todas las regiones el nivel educativo de los cuentapropistas es menor al del promedio de los ocupados. Puesto así, el trabajo independiente parece más una salida para aquellos trabajadores con menores estudios e ingresos, lejos de la visión de los trabajadores independientes implícita en algunos debates públicos, en los que se asocia al trabajo independiente con profesiones liberales y emprendedores de más alto nivel educativo. La excepción a este patrón es la Ciudad de Buenos Aires, donde la diferencia entre los trabajadores independientes y el resto de los ocupados en términos de nivel educativos se elimina” (Centro para la Evaluación de Políticas basadas en Evidencia, 2019, pp. 28-29). Como muestra el gráfico 19 de este documento (p. 29), hacia el año 2018, en CABA, la proporción de personas ocupadas con algún nivel de estudio superior supera el 60% tanto en el total de ocupados como entre los trabajadores independientes, dato que evidencia la notable presencia de profesionales *freelance* entre los trabajadores cuentaopistas de la ciudad.

redes sociales es muy laboral. Obviamente que te quitan mucho tiempo del día, pero bueno... yo también soy mi propia marca y soy mi propio producto.

¿Y lo del shampoo que mencionabas recién es por Instagram también?

Claro. Una marca que me paga por hacer una publicidad digamos, como encapsulada. Pero justo es una marca de shampoo y de crema de enjuague raw, o sea que no está testeada en animales, que está hecha con todo el no sé qué, blablablá y toda la boludez esta que está de moda digamos. Es una marca de L'Oréal, no sé cuánto de eso será verdadero. Se llama Biolage Raw. Y de alguna forma a mí las marcas me posicionan, entonces también me ayuda. (Instructora de yoga, 29 años.)

*

Es posible ubicar un punto de encuentro entre el yoga y la socialidad mediada por las redes sociales en lo concerniente a la supremacía del aquí y ahora. El imperio absoluto del presente converge a su vez con la forma cultural neoliberal, en tanto el hecho de considerar *la revisión del pasado como actitud limitante* descuida la memoria histórica y excluye la imaginación utópica, dificultando el procesamiento consciente de algo más de lo que ofrece el momento actual.

Antes de que la pandemia por COVID-19 extendiera las clases de yoga por Zoom o a través de transmisiones en vivo por Instagram, haciendo naturales los saludos al sol y las correcciones teledirigidas, el yoga y la meditación contaban con un espacio ganado en las redes sociales administradas mediante los dispositivos móviles que los seres urbanos llevan adosados al cuerpo. Como plantea Crary (2015), en las ciudades del siglo XXI cada instante de la vida está modelado, contaminado o controlado por algún dispositivo. En el capitalismo digital que describe en su ensayo acerca de la corrosión del sueño, el autor sostiene que lo que fue consumismo mutó en un accionar, las 24 horas de los 7 días de la semana, de técnicas de individuación, a través de un interfaz con la máquina como forma de comunicación obligatoria. Resulta ineludible abocarse a administrar la propia identidad y poner en práctica la reinención continua del yo en el ciberespacio.

La hipercomunicación digital de la sociedad expone una lógica temporal propia (el instante presente), un desplazamiento en relación a lo íntimo y una radical transformación en el modo de concebir y vivir el encuentro. Cuando Bauman escribió *Vida de consumo* (2007), se involucró en la reflexión sobre las implicancias de socializar *online*, descartando ya por entonces (momento embrionario de tendencias que se profundizaron luego) que la explosiva afición por la exposición del “yo interior” pudiera circunscribirse a la adolescencia y explicarse por cuestiones “propias de la edad”:

Los adolescentes equipados con confesionarios electrónicos portátiles no son otra cosas que aprendices entrenados en las artes de una sociedad confesional —una sociedad que se destaca por haber borrado los límites que otrora separaban lo privado de lo público, por haber convertido en virtudes y obligaciones públicas el hecho de exponer abiertamente lo privado, y por haber eliminado de la comunicación pública todo lo que se niegue a ser reducido a una confidencia privada, y a aquellos que se rehúsan a confesarse— (Bauman, 2007, p. 14).

En la líquida sociedad de consumidores que describe Bauman como ámbito de la construcción-exhibición *online* del yo, se busca la gratificación inmediata, pues se carece de las condiciones para adosarse a cualquier promesa a mediano o largo plazo. En consonancia con aquello que promueve la espiritualidad yogui, parece ser que “lo único que existe es el presente” y que “toda la vida es ahora”. Escribe Bauman que una de las características del consumismo líquido radica en una “renegociación del significado del tiempo”, que no es cíclico ni lineal (p. 51). Reponiendo las ideas de Michel Maffesoli en *El instante eterno*, Bauman asume que estamos ante un tiempo puntillista. Un tiempo inconexo, inconsistente, signado por la profusión de rupturas y discontinuidades, roto, pulverizado en una multitud de instantes.

En su ensayo *Corazones estallados*, dedicado a pensar las relaciones humanas en el “tecnocosmos” del siglo XXI, el escritor e investigador Juan Pablo Ringelheim —también conocido como J. P. Zooey (2019)— presenta la realidad social contemporánea como poshumanista, traza sus diferencias con el humanismo renacentista y el moderno y modela

las figuras del ciudadano humanista y el usuario poshumanista. Ringelheim/Zooey define el humanismo como una corriente de ideas surgida en el Renacimiento italiano, que redelineó lo que debía entenderse como humano y promovió la solidaridad de la especie, la posibilidad de comprender y sentir con quien sufre, cimentando los ideales fundamentales para las democracias que se conformarían en la Europa moderna. El autor señala el actual corrimiento desde la reflexión y el argumento a la experiencia y la emoción, interesado en pensar específicamente las interrelaciones posibles entre tecnología y política. Según su planteo, la mediación de las pantallas en las relaciones humanas erosiona la experiencia de la corporeidad del/de la otro/a, debilitando la facultad de comprender y empatizar con el sufrimiento ajeno.

En la comunidad humanista el lazo que unía a los ciudadanos era racional y se fundamentaba en la argumentación. De otro modo, en la comunidad posthumana el lazo que une a los “usuarios” de la nación es principalmente emocional. Tal como propone Facebook, lo que piensa el otro “me gusta”, “me encanta”, “me divierte”, “me asombra”, “me entristece”, “me enoja”; de ningún modo “me parece contradictorio”, ni “me resulta inconsistente”, ni “no se condice con la realidad” (Zooey, 2019, p. 43).

Expresa Zooey que recibir un torrente de corazones como reacción inmediata ante una foto subida a Instagram se experimenta como la llegada a una cumbre personal, al tiempo que la vivencia de lo comunitario encuentra su principal espacio en las redes sociales (fundamentalmente en torno al consumo de productos y marcas). Los/as usuarios/as adhieren efímeramente al monotema instalado en las redes, que puede ser incluso una causa humanista, pero que difícilmente logrará permanencia en una agenda vertiginosa inserta en un enorme caudal de información que compone un pasado vetusto con aquello que aconteció hace solo algunas semanas. Para Zooey, la libertad se ejerce en el deslizamiento inconsciente en torno a elecciones establecidas por algoritmos. Al respecto resulta sugerente la idea que el autor retoma del ensayista francés Eric Sadin acerca de la emergencia de una “gubernamentalidad algorítmica”, influyente en aspectos colectivos e individuales (Sadin citado en Zooey, 2019, pp. 56-57). Bajo esta lógica por medio de la cual la sociedad delega a la tecnología lo concerniente a

las elecciones, la balanza siempre parece inclinarse hacia el lado de lo que nos gusta, reduciendo el error, robusteciendo el aseguramiento de lo siempre igual y privando a los/as usuarios/as del encuentro con lo que les disgusta. Conviven con formas de ansiedad, fobias y depresión, asociadas a las características de la tecnología y la comunicación actuales descritas por Crary (2015), Bauman (2007) y Zooey (2019), una oferta inacabable de clases de yoga por YouTube o Instagram, *influencers* de espiritualidad, *health coaches* nacionales y extranjeros, aplicaciones y plataformas específicas como Calm¹⁵ y Gaia,¹⁶ que alcanzan a los/as afectados/as de estrés, baja autoestima u otro padecimiento, en las circunstancias más adecuadas, como una interpelación perfectamente orientada. El *microtargeting* ofrece las herramientas para llegar con precisión a los/as interesados/as en el mundo espiritual y dirigirles el mensaje apropiado en cada momento, haciendo que siempre se encuentre en los dispositivos algo más interesante que lo que ofrece tanto el mundo material inmediato como la historia en cuanto ámbito de enseñanzas y referencias.

Tal como plantea la antropóloga argentina Paula Sibilia (2008), la lógica temporal de la socialidad virtual amplifica el presente y descarta la linealidad y el argumento. Esto impacta sobre los modos de ser y estar de individuos que han pasado de una dedicada elaboración identitaria introdirigida a una exhibición permanentemente actualizada de lo íntimo. Describiendo el momento actual como un período cultural de transición que anuncia una mutación en las subjetividades, Sibilia (2008) analiza el vertiginoso distanciamiento, en los últimos años, de las formas típicamente modernas de ser y estar en el mundo, y de aquellos instrumentos que solían usarse para la producción del yo. En *La intimidad como espectáculo*, la autora describe las formas actuales de construcción de la subjetividad, y las diferencia de otras

¹⁵ Calm es la aplicación para meditar número uno en el mundo, cuyo eslogan es: “Encuentra tu calma con Calm. Duerme más. Estrésate menos. Vive mejor”. Mejorar el rendimiento, reducir la ansiedad, aumentar la felicidad, desarrollar autoestima, dormir mejor, fomentar la gratitud, reducir el estrés son las opciones con las que se puede responder a la pregunta “¿Qué te trae a Calm?”, al momento de registrarse. Es interesante identificar en esta categorización una descripción de las afecciones, carencias y búsquedas de las subjetividades urbanas contemporáneas.

¹⁶ Gaia es una plataforma de contenido vía *streaming* que ofrece tres planes de suscripción: mensual, anual y con acceso a eventos como clases y talleres *online*. Allí se ofrecen series, películas, documentales, programas y talleres seleccionados y reunidos por el hecho de contribuir a la ampliación de la consciencia. El vasto contenido espiritual, que se actualiza cada semana, se encuentra clasificado en torno a seis grandes temas: crecimiento espiritual, sanación alternativa, consciencia expandida, secretos y encubrimientos, desarrollo personal y misterios de la Antigüedad.

modalidades de relatos de sí más vinculadas a la introspección, como el diario íntimo o el psicoanálisis. En el capítulo IV, “Yo visible y el edipse de la interioridad”, Sibilia identifica algunas claves que permiten caracterizar al sujeto moderno —cuyo despliegue remite a las sociedades preeminentemente industriales— y al posmoderno, considerando el lugar asignado a lo íntimo / lo privado / lo interior. Mientras el primero se inventa y se explora en los diarios íntimos, el segundo se expone en las redes sociales y experimenta el monopolio de la apariencia. La exteriorización del yo y el modo de vida construido en la visibilidad eclipsan las subjetividades introdirigidas. En el capítulo V, “Yo actual y la subjetividad instantánea”, se pone la atención en los cambios relativos a la lógica temporal, y se señala el paso del flujo lineal al presente perpetuo. La promoción de la vivencia del instante y la agitación que produce el chispazo del propio presente siempre presentificado se evidencian en la inscripción cronológica de lo que se publica en las redes sociales: allí se verifica la insistencia en la prioridad de la actualización permanente de la información por medio de contenido agregado en todo momento. Twitter o Instagram dan formal al/a la autor/a-narrador/a-personaje cuyos relatos de sí (instantáneos, breves, explícitos) responden una y otra vez a la pregunta: *¿qué está haciendo usted en este momento?* (Sibilia, 2008, pp. 157-158). Así, se exhiben episodios de la vida cotidiana y de la supuesta intimidad, pero la información solo tiene valor cuando es nueva. No se busca alcanzar la inmortalidad en el tiempo, sino una alta repercusión que provea la celebridad en el instante.

Ambos desplazamientos —el espacial y el temporal— se entrelazan en un declive de la contemplación introspectiva y de la mirada retrospectiva en las prácticas autorreferenciales. En las redes sociales en las que pone la mirada Sibilia (2008), como en la clase de yoga en cuanto uno de los escenarios principales de la presente tesis, *el cultivo de la intimidad psicológica y la reconstrucción histórica del pasado individual han perdido peso cuando se trata de definir lo que cada uno/a es*. Las metáforas de Roma y Pompeya acuñadas por Freud son retomadas por la autora para dar cuenta de una identidad moderna que involucra diversas capas arqueológicas, de la cual se toma distancia en una escena contemporánea que exhibe un único presente totalizante (pp. 135-136). En este punto alejado del *homo psico-lógico* del capitalismo industrial, se encuentran el/la yogui urbano/a y el *homo tecno-lógico* del capitalismo informatizado. La

espiritualidad estilo Nueva Era que se masifica en ciudades como Buenos Aires descarta el pasado en un gesto de liberación y se acopla sin reparos a la hegemonía de la imagen como síntesis perfecta de un instante que lo dice todo. Tal es la forma de presentar y actualizar el yo cotidianamente en las redes sociales y en eventos masivos como América Medita, que en su edición de 2015, convocaba a los/as asistentes a mandar su *selfie* meditando. Es posible plantear como punto de encuentro de la socialidad virtual y la socialidad espiritual que el homo tecno-lógico que describe Sibilia y el/la yogui urbano/a comparten la temporalidad instantánea como rasgo de su modo de ser y estar. Se trata de aquello que Bauman (2007) identifica como “la tiranía del momento” propia de los tiempos líquidos. En el caso de homo tecno-lógico hay una lógica de actualización permanente que vuelve rápidamente irrelevante y poco accesible el pasado, fragmentando cualquier posibilidad de relato cronológico. La identidad, lo que cada uno es, es lo último que cada uno/a publica en las redes sociales digitales. El discurso que envuelve al/a la yogui urbano/a en las clases y mediante referentes espirituales propone desligar la conciencia del pasado y del futuro, para experimentar con plenitud la vivencia del ahora.

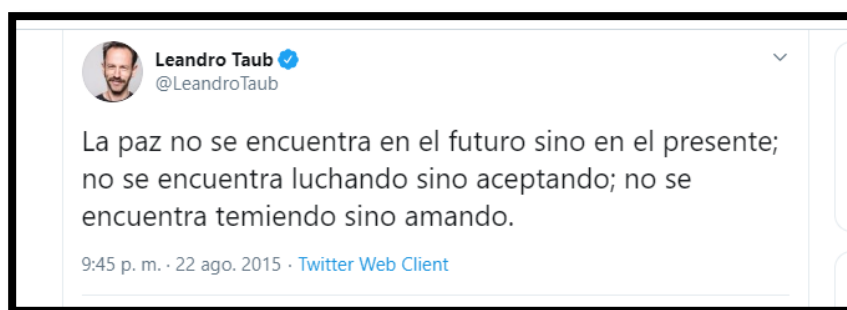
Volviendo a Zooey (2019), el autor asimila los capítulos de las series de Netflix con los posteos en redes sociales, en tanto ambos involucran a las personas en unidades de sentido que no se inscriben en una línea progresiva (p. 18). La pantalla de la computadora o el celular y el libro (más allá de los de saberes prácticos o *best sellers*) le resultan objetos útiles para pensar la relación entre la unidad de sentido y el sentido progresivo. Mientras el libro es un objeto que puede asociarse con el argumento, el relato y lo perdurable, Twitter o Instagram representan lo breve, lo fragmentario y lo efímero. Zooey (2019) se refiere a los dispositivos electrónicos como artefactos de lectoescritura que “dejan poca libido óptica para los libros” (p. 28). Desde su visión, los posteos en Instagram o Twitter así como la lectoescritura permanente en WhatsApp no crean almas humanistas, sino que hunden aún más al poshumano inmerso en el contacto permanente, la recepción de *inputs* y la emisión de *outputs* de información efímera.

Se acuerda con Zooey en que el retraimiento del libro no implica un abandono de la lectoescritura, sino que podría pensarse que nunca se leyó tanto como ahora, en cualquier momento, en cualquier lugar, incluso entre sueños cuando se chequea el celular. El asunto pasa

por comprender el tipo de reacción que estimulan las redes sociales entendidas como plataformas digitales de lectoescritura:

En primer lugar suponen una lectura vertical entre las unidades de sentido, de arriba hacia abajo, siguiendo un *timeline* que rompe con la linealidad horizontal acostumbrada. Pero más importante es que proponen una lectura totalmente fragmentada, breve, muy breve, y basada en la reacción emocional. Es posible pasar de una imagen política dolorosa al casamiento de un conocido, de este casamiento a la violencia policial tras una marcha, y del meme deportivo y el video de gatitos a un desgarrador pedido de ayuda ante un caso de violencia de género. A estas convulsiones emocionales, el lector posthumano se ve invitado a asistir pertrechado de corazones y pulgares para plebiscitar la emocionalidad que esa textualidad estallada le despierta (Zooney, 2019, p. 46).

Hacer una devolución es hoy escoger lo más rápidamente posible entre una amplia oferta de emociones digitalizadas: *emojis*, pulgares, corazones, *stickers*. Estas ideas tan bien descritas por Zooney enriquecen la comprensión de la lógica temporal que caracteriza a la cultura contemporánea, cuyo inflamamiento del presente también se localiza en el universo espiritual heterodoxo.





Leandro Taub tiene más de 50.000 seguidores en Instagram y más de 350.000 en Twitter. Difunde mensajes relacionados con la cábala, el yoga, la religión y la tradición judía y el tarot. En sus comunicaciones, la obturación de un cambio social no solo reside en la imposibilidad de reflexión crítica acerca del pasado, sino también en la igualación y el descarte de toda lucha.

Las búsquedas espirituales personales alimentan la visibilización del pasado como obstáculo, a partir de la idea según la cual no tiene sentido hurgar en aquello que fue obra del destino. Estar en paz o en equilibrio se presentan como necesidades elementales que se realizan en el tiempo presente, estados que deben ser cuidados y preservados de la ansiedad que produce llevar la conciencia hacia el futuro y de la supuesta inutilidad de tenerla en el pasado. Se busca liberar el momento presente de las distracciones de lo que pasó y de lo que podría pasar para conectar con lo que se erige como el ser verdadero: aquel que existe, siente y se expresa en el aquí y ahora.

Más allá de las intenciones de instructores/as de yoga, *coach* espirituales o creadores de tecnología y aplicaciones, la relación con el tiempo da lugar a formas de sentir, pensar y actuar. La vida personal o la realidad social, al resultar elaboradas, exhibidas y digeridas (tanto en la temporalidad espiritual como en la digital) como fragmentos del presente, instantes que lo dicen todo, unidades en sí mismas, erosionan la facultad de deliberar en clave histórica, de reconocer causas y consecuencias, de enriquecerse con experiencias personales, nacionales o mundiales que podrían nutrir o a las que no sería bueno volver. Una diferencia entre el

presentismo de la socialidad *online* y el de la práctica de yoga reside en la cuestión de la celeridad. Mientras que las redes sociales proponen una velocidad extrema que deviene en puro olvido, la práctica de yoga invita a realizar una pausa, aspecto que incluso puede resultar contrahegemónico en un marco social tan urgido.

El presentismo como rasgo común de la socialidad *online* y la espiritualidad estilo Nueva Era se acopla sin tensión al neoliberalismo como forma cultural que estimula una determinada relación entre las sociedades y el tiempo, una manera específica de pensar y de escribir la historia. En el libro *Regímenes de historicidad. Presentismo y experiencias del tiempo*, el historiador francés François Hartog (2007) pone la mirada sobre los modos de articulación entre pasado, presente y futuro que distintas sociedades han realizado en diferentes momentos desde la Antigüedad. Toma como punto de partida la noción de régimen de historicidad como herramienta analítica fabricada por los/as historiadores/as para aprehender las relaciones que las sociedades tienen con el tiempo y observar cómo se articulan, se engranan las categorías de pasado, de presente y de futuro en diversos períodos y contextos.¹⁷ Si se considera que el pasado es la categoría dominante, entonces se lo analiza para entender el presente y esclarecer el futuro. Si, en cambio, se observa que en una sociedad predomina la categoría del futuro, entonces se debe analizar de qué se trata para comprender el pasado y el presente. Expone Hartog que en Europa, hacia fines del siglo XVIII y durante el XIX, se pasó de un modelo basado en la categoría de pasado a uno fundado en la de futuro. La Revolución Francesa marcó un antes y un después en las relaciones con el tiempo. No se trata de cambios automáticos o predeterminados, sino de grandes procesos de crisis que cuestionaron el curso del tiempo. Hasta la Revolución Francesa, la sociedad se orientaba hacia el pasado, y la historia se dedicaba a la búsqueda de ejemplos para conducirse en el presente. La centralidad de la idea de progreso implicó una orientación del tiempo hacia el futuro y una fuerte percepción de que el tiempo se aceleraba. Este modo dominado por el futuro fue el de las grandes historias nacionales que se

¹⁷ “Lo que es y no es el régimen de historicidad: no es una realidad dada. Ni directamente observable ni consignado en los almanaques de los contemporáneos, es construido por el historiador. No debe ser asimilado más a las instancias de antes: un régimen que viene a suceder mecánicamente a otro, que se le hace descender del cielo o subir de la tierra. No coincide con las épocas (en el sentido de Bossuet o de Condorcet) y no se calca nunca sobre esas grandes entidades inciertas y vagas que son las civilizaciones. Es un artefacto que valida su capacidad heurística. Concepto; mejor, esquema, se debe colocar del mismo lado que el ideal tipo weberiano, según venga a dominar la categoría del pasado, del futuro o del presente” (Hartog, 2007, p. 16).

construyeron en América Latina a partir del siglo XIX. Pero desde hace cuatro décadas esta forma de articulación comenzó a resquebrajarse. Haciendo dialogar la filosofía y la historia, Hartog señala que desde finales del siglo XX la ubicuidad progresiva del presente marca la experiencia temporal. El presentismo es la preeminencia de un presente que se encierra en sí mismo y resulta reconocido como único horizonte posible.

Como sostiene el historiador italiano Enzo Traverso (2017), el modelo mercado céntrico no solamente moldea la economía y la sociedad, sino también las pautas de pensamiento, de historicidad y de memoria. Traverso plantea tres tendencias que delinean, de manera sutil y subterránea, el vínculo de la forma cultural neoliberal con el pasado. La primera alude al encapsulamiento del pasado y el futuro en el presente, y señala que un mundo aplastado por el presente es incapaz de proyectarse en el futuro, de construir utopías. Es necesario que el pasado se despliegue como campo de experiencia y el futuro como horizonte de expectativas colectivas, para dar lugar a la utopía. Pero el presentismo, como régimen de historicidad neoliberal, se caracteriza por la aceleración espasmódica e ilusión de que todo cambia permanentemente, inhabilitando los espacios para concebir una alternativa, otra realidad social posible. La segunda tendencia refiere a la erosión de los marcos sociales (como los partidos políticos o los sindicatos) dentro de los cuales es posible construir una memoria colectiva, elaborar y transmitir una representación del pasado. El neoliberalismo parece solo dar cabida a los recuerdos y las memorias individuales, exaltando un conjunto de emociones y de imágenes que excluyen toda reflexión crítica y toda idea de acción colectiva. La tercera tendencia es a la reificación del pasado, su debilitamiento como experiencia transmisible y su transformación en mercancía consumida por medio de la industria cultural. Esta tiende a ser la mediación principal con el pasado que —desligado del presente y despolitizado— se transforma en lugares de memoria. Estos lugares surgen cuando los marcos sociales de la memoria colectiva desaparecen, cuando el pasado no está vigente en el presente. En tanto la forma cultural neoliberal se arraiga en el individualismo, la privatización y la competencia, las memorias colectivas se estructuran alrededor de actores colectivos que pueden ser las naciones, los géneros, las generaciones, entre otros. Afirma Traverso (2017) que las memorias colectivas resultan ontológicamente contradictorias con la razón neoliberal. El presentismo altera la

relación con el pasado —que se da principalmente a través de la memoria, consagrada objeto de política pública— y obtura la posibilidad de concebir un futuro alternativo.

*

La idea de *una circulación funcional de la espiritualidad* condensa un punto de convergencia más entre el universo yogui y el orden sociocultural neoliberal, y remite a la masividad de un mismo instrumento, herramienta o recurso que se desempeña como *un paréntesis para permanecer en el ruedo, aceptando lo que acontece, registrando sin involucrarse*. La aceptación resulta promovida en los discursos y las prácticas espirituales como el camino más sabio, en detrimento de cualquier forma de resistencia que produce tensión y aleja la felicidad como posibilidad. Este conjunto de valores y pautas de acción para la buena vida confluye con una dinámica política, económica, social y cultural que se sostiene en torno a tácticas de gobierno de la subjetividad orientadas a la reconstrucción constante de un sentido común que acepte lo “dado” como la única realidad posible (Murillo, 2018).

El yoga como beneficio a los/as empleados/as de empresas trasnacionales, durante la jornada de trabajo, también se inscribe en esta lógica funcional. Que los/as “colaboradores/as” se despejen, se relajen, respiren y puedan retornar a la mejor versión de cada uno/a al retomar sus tareas, totalmente despojados/as de toda voluntad confrontativa.

La promoción de una actitud de no confrontación en aquellos/as que se acercan a practicar yoga o meditación se encuentra con aquella matriz discursiva neoliberal que obtura la posibilidad de concebir y construir otro tipo de ordenamiento social. La aceptación de lo que se osifica como no transformable, la creatividad y la flexibilidad, la percepción y el descubrimiento de las oportunidades, la gestión controlada de la incertidumbre se consagran y masifican como recursos estratégicos para transitar la vida.

Suelto el control, suelto lo ideal, algo está cambiando, estoy viviendo la experiencia que me lleva a lo nuevo. Observo, voy hacia adentro, me cuento que todo esto es perfecto. Lo acepto, acepto lo que sucede, no peleo con lo que está afuera. No defiendo mis ideales, no impongo mi disciplina, no manipulo con mis deseos. No gano, no pierdo, acepto.

Extracto de una meditación publicada en la cuenta de Instagram @modo.espiritual, junio de 2020

El yoga y la meditación no tienen muchas chances de operar como interruptores de conciencia social y movilización colectiva, sino que se extienden más bien como bálsamo para el sujeto que asimila y camufla su propia precariedad, inseguridad e inestabilidad con entusiasmo. El entusiasmo es una actitud altamente valorada en la cultura contemporánea, en la que ha puesto la mirada la ensayista española Remedios Zafra (2017) para aludir a la coraza de motivación y creatividad forzadas, bajo la cual se invisibiliza el conflicto, consagrando lo apolítico. Las multitudes desarticuladas políticamente, a las que se refiere Zafra, se encuentran a nivel local en las maratones y en las meditaciones asiduamente promovidas y apoyadas por el gobierno de CABA. El acercamiento al circuito yogui porteño, como la autorregulación de psicotrópicos que Arizaga expuso como estrategia de gestión personal de la incertidumbre, aporta recursos y estados de ánimo para administrar el yo, en pos de seguir en el ruedo.

El yoga como práctica de moda o el yoga como mero emprendimiento comercial pueden nutrir el individualismo. Pero, más allá de las expresiones más exageradas del universo yogui, este rasgo de las ciudades neoliberales también resulta potenciado por la asunción de cuestiones sociales como asuntos personales, por el cultivo del bienestar personal como aporte al bienestar general, por la negación de lo material como condición para el bienestar, por la desintegración de los lazos de solidaridad en la competencia con uno/a mismo/a, por la exclusión de todo aquello que no ofrece el presente, por la búsqueda de un bálsamo para aceptar y seguir adelante. Instructores/as y practicantes reconocen la extensión de la práctica de yoga como “una especie de terapia para poder mantener el ritmo de vida”.

El yoga y la meditación dejaron de ser vistos como prácticas sectarias de gente rara, para legitimarse como estrategias de bienestar y gestión del estrés de profesionales urbanos. En lugar de cuestionamientos a un ordenamiento social, el yoga ofrece un sostén para amoldarse individualmente a lo que hay, a lo que cada jornada ofrece en términos de rutinas, exigencias, ritmos, vínculos, horas de pantalla, sedentarismo, posturas corporales y condiciones de circulación urbana. En un escenario de apatía, el universo yogui se ensancha ofreciendo incluso cierta idea de comunidad y de encuentro que no permea en la mirada que se tendrá del mundo al salir de la clase tras concluir la práctica. Así, evita la saturación y favorece la adecuación.

Capítulo 3. Estudio de caso. Estrategias de gestión de la subjetividad en el *ethos* macrista. Un puente con sensibilidades y prácticas culturales prolíficas en el estilo de vida de los sectores medios escasamente politizados de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

El presente capítulo busca identificar los puntos de convergencia entre las estrategias de gestión de la subjetividad vinculadas al bienestar y el engranaje económico cultural neoliberal (con su individualismo radical) en el *ethos* de Mauricio Macri, presidente de Argentina durante el período 2015-2019 y significativo protagónico del proyecto neoliberal para el país. El concepto de *ethos* se toma como llave para pensar los modos de posicionamiento de aquel que toma la palabra, en este caso, la imagen que este líder proyecta sobre sí mismo en su discurso y la manera de ser y hacer a las que remiten sus maneras de decir, fundamentalmente en el itinerario rumbo a la presidencia. Argumentando en torno a la característica esencial del *ethos*, Barthes afirma: “El orador debe *mostrar* al auditorio los rasgos de su carácter (importa poco su sinceridad) para dar una buena impresión. Son sus aires [...] el *ethos* es en sentido propio una connotación: el orador enuncia cierta información y al *mismo tiempo* dice yo soy esto, yo no soy aquello” (Barthes citado en Maingueneau, 1996, p. 80 [el destacado es del original]). Como efecto de la mediatización de los discursos políticos y de su presencia y viralización en el espacio de las redes sociales, estos no pueden ser exclusivamente caracterizados en términos de actos del lenguaje. En este sentido, cobra relevancia el aporte que realiza Dominique Maingueneau al involucrar la corporalidad para pensar el *ethos*, señalando que este se estructura tanto en el orden de lo dicho como de lo mostrado. Sostiene Maingueneau (1996) que el *ethos* “recubre no solamente la dimensión vocal, sino también el conjunto de determinaciones físicas y psíquicas asociadas por las representaciones colectivas al personaje orador” (p. 81). La construcción del *ethos* macrista se encuentra rotundamente atravesada por la lógica publicitaria, converge con ella al priorizar lo expuesto por sobre lo dicho, la presentación (de un producto/de un candidato) por sobre el contenido (propiedades del producto/propuestas políticas de un

candidato). Asimismo, el análisis del *ethos* en términos de dispositivo enunciativo implica la consideración del momento de enunciación, atendiendo al léxico, el modo de construcción de los destinatarios y la escenografía de habla como algunas de sus manifestaciones. Entendida como la situación de enunciación del discurso, resulta estimulante descartar la escenografía como mero marco o decorado ya construido e independiente del discurso. En efecto, la elaboración de escenografías y las elecciones cromáticas se despliegan como recursos tanto de la política como de la publicidad para captar la atención del público reticente o indiferente (Maingueneau, 2004).

La reapropiación por parte de Macri (y del PRO)¹ de ideas, valores y preceptos asociados con lo espiritual —fundamentalmente de carácter secular alternativo— tendió un puente con sensibilidades y prácticas culturales de explosiva proliferación en el estilo de vida de los sectores medios menos politizados del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Como advierten Vommaro *et al.* (2015), en su triunfante carrera a la presidencia el “PRO necesita del público, y en especial del *ciudadano común*, no politizado: hombres y mujeres para los que la política es una actividad distante. A ellos les habla” (p. 19 [el destacado es del original]). Este aspecto contribuye a explicar ciertas afinidades del *ethos* macrista con los discursos y las prácticas vinculadas con las nuevas espiritualidades a las que se acercan masivamente sectores urbanos identificados con las clases medias en busca de nuevos relatos y experiencias.

¹ Oficialmente, Propuesta Republicana ha informado que la sigla PRO fue obra del publicista Ernesto Savaglio a quien se le encomendó en 2005 la definición de una apócope para bautizar el frente con una sigla de fuerte impacto. Savaglio fue quien propuso utilizar el término “PRO”, buscando simbolizar una idea propositiva y profesional. El publicista experto en comunicación política, que falleció en 2020, también fue el creador del eslogan “Haciendo Buenos Aires”, cuando Macri fue jefe de Gobierno en 2007 y 2011. Posteriormente asesoró a Daniel Scioli para que incorporara el color naranja en su gestión como gobernador bonaerense; en 2015, ideó para Sergio Massa el logo +A, y luego trabajó con Gustavo Posse, a quien ayudó a crear la marca y el logo del municipio de San Isidro. Su recorrido profesional ilustra los posibles enlazamientos entre publicidad, marketing y comunicación política.



Invitación al Taller de Entusiasmo dictado por el filósofo Alejandro Rozitchner en 2015. Luego de ocupar un lugar en la escena del rock, la cultura alternativa y la enseñanza pública en los años de posdictadura, el filósofo argentino Alejandro Rozitchner se fue consolidando como detractor del pensamiento crítico por considerarlo improductivo e infeliz y como defensor de la política en clave empresarial, practicada con entusiasmo y creatividad. Reflexionando sobre este personaje, Viotti (2018) plantea que, a través de su transformación personal, es posible leer la mutación de las coordenadas culturales de Argentina desde el regreso de la democracia. Miembro activo de la fundación Pensar (think tank del PRO), hacia 2015 dicta un Taller de Entusiasmo en la Escuela de Formación de Dirigentes Políticos del PRO. Rozitchner trabajó como asesor de la estructura partidaria y luego se desempeñó como una especie de coach filosófico de Mauricio Macri durante su presidencia. Cabe reponer su opinión acerca de la confluencia del PRO con una espiritualidad Nueva Era como parte de un cauce natural: “La gente de Macri, la que lo rodea, es gente buena onda, gente bienintencionada, y lo espiritual —que, por otro lado, me gusta mucho, es agradable y tiene que ver con el espíritu de la época— se condice con lo que propone PRO” (Vommaro et al., 2015, p. 424).

Con resultados positivos en el devenir de un proceso persuasivo, el *ethos* macrista supo enarbolar lo espiritual como senda superadora de los conflictos y de las ideologías. Es posible registrar afinidades entre el *ethos* macrista y las premisas y pautas de acción que circulan en torno al universo yogui. El encuentro con uno/a mismo/a, la aceptación de la realidad tal como se nos presenta (pues “si sucede, conviene”) son algunos elementos que propician la

convergencia entre el PRO y lo espiritual, en términos de su distanciamiento de la política como acción social crítica y transformadora. Dicha confluencia resulta en el despliegue del macrismo como fuerza política espiritual. Al analizar el modo en que la espiritualidad no occidental hace su ingreso en la comunicación política del líder del PRO, cobra relevancia la *incitación* como una de las finalidades de las situaciones de comunicación, reconocidas por el lingüista francés abocado al análisis del discurso político, Patrick Charaudeau (2004).² Si se identifica a Macri como protagonista de un proceso persuasivo, se deduce su pretensión de hacer *creer* y hacer *pensar*, para hacer un *hacer*. Hecho que se materializó en el apoyo político del 51,14% de los/as argentinos/as en la segunda vuelta de las elecciones presidenciales de 2015.

Para la consolidación de un corpus de análisis, se consideraron discursos enunciados por Macri durante 2012 y 2015. El año 2012 fue el primer momento en que se expuso en los medios la incorporación de la espiritualidad estilo Nueva Era en la comunicación política del líder del PRO, en su rol de jefe de Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires. Su expresión máxima fue la organización del encuentro Fevida, con vistas a hacer de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) el centro espiritual más importante de América Latina y la “Capital Mundial del Amor”. En cuanto al año 2015, el contexto de la candidatura presidencial de Macri, con Daniel Scioli como principal adversario del Frente para la Victoria, focalizó la direccionalidad de sus actos y gestos de comunicación. En este marco, Macri se construyó como el candidato del cambio, capaz de reparar “la grieta” que dividía a Argentina.

Las categorías y herramientas conceptuales consideradas en el desarrollo de este capítulo proceden, en su mayoría, de la escuela francesa del análisis del discurso. Desde allí suele impugnarse la corriente anglosajona de análisis crítico del discurso por funcionalista y mecanicista, es decir, por partir de un sujeto pleno de intención que orienta sus conductas y acciones a un fin, usando el lenguaje como instrumento. Si bien se valora la propuesta francesa

² Charaudeau (2004) distingue seis objetivos de las situaciones de comunicación: *prescripción, solicitud, incitación, información, instrucción, demostración*. Sostiene que “los objetivos corresponden a una intencionalidad psicosocio-discursiva que determina la postura del sujeto hablante en el acto de lenguaje y que parte del intercambio lingüístico mismo. Los objetivos deben ser considerados desde el punto de vista de la instancia de producción que tiene en perspectiva un sujeto destinatario ideal, pero evidentemente deben ser reconocidos como tales por la instancia de recepción”. En cuanto al objetivo de incitación: “Yo quiere ‘hacer hacer’, pero al no estar en posición de autoridad, no puede sino incitar a hacer; debe, entonces, ‘hacer creer’ (por persuasión o por seducción) al tú que será el beneficiario de su propio acto; tú está, pues, en posición de ‘deber creer’ que si actúa es por su bien”.

de complejizar el modo de concebir a los sujetos, su opacidad y su relación con lo discursivo, en el presente análisis no se descarta la indagación en torno a la eficacia social y política de los discursos seleccionados. Aunque dicha postura aparezca a contramano de la teoría social posmoderna, la imbricación entre el discurso político y el discurso publicitario —que también es parte de la posmoderna indiferenciación de esferas— impide excluir la consideración de intenciones, previsiones y cálculos proclives a ser identificados en los actos de habla de un líder político —más aún en épocas de campaña electoral—. Un ejemplo de ello se sintetiza en la figura de quien fue durante muchos años el principal asesor del PRO en comunicación política, Jaime Durán Barba, cuya estrategia operacionalizó por medio de técnicas transmitidas a diversos cuadros del partido, para que las ejecutarán como siguiendo un manual de instrucciones.³

Michel Pêcheux (1978), filósofo considerado el fundador de la corriente francesa de análisis del discurso, se nutre de los aportes de Michel Foucault y Louis Althusser al proponer un cambio de terreno para la lingüística, en el cual sea posible husmear en el carácter ideológico de los discursos. Su invitación a dar cuenta de los sentidos de los discursos situándolos sociohistóricamente recibe buena acogida en el presente trabajo. Con la intención de hacer foco en la presunción de Macri de ser portador de un discurso desideologizado, cabe retomar a Pêcheux para analizar el discurso de un líder neoconservador como un aspecto material de la existencia de la ideología, en el cual se reúnen el lenguaje y la historia. Esta confluencia remite a la noción de *formación discursiva* desarrollada por Foucault (2005 [1969]). Al regular lo que puede ser dicho en cada época de la historia, las formaciones discursivas restringen el campo de la lengua determinando objetos, modalidades, conceptos y estrategias de comunicación posibles. Aquí reside el aspecto acontecimiental de los discursos y sus condiciones de

³ Esta lógica ha sido expuesta por Federico Sturzenegger, presidente del Banco Central de la República Argentina entre 2015 y 2018, cuando durante una conferencia dictada en abril de 2014, en la Universidad de Columbia de los Estados Unidos, expuso las técnicas para debate en las que lo instruyó el consultor Durán Barba para las elecciones legislativas de 2013. Con soltura, Sturzenegger compartió los cuatro consejos que había recibido como parte de un *coaching*, horas antes de presentarse en un debate televisivo con Martín Lousteau y Carlos Heller: 1) “No propongas nada”; 2) “No expliques nada”; 3) “No ataques a nadie”; 4) “Si alguien te ataca, no te defiendas”. Si bien no es el propósito de esta tesis, vale la pena iluminar el carácter metadiscursivo de las instrucciones ofrecidas por Durán Barba a Sturzenegger acerca de cómo hacer discursos.

emergencia, circulación y recepción.⁴ Como sostiene Pêcheux (1978), toda formación discursiva se encuentra frecuentada por una alteridad. En este sentido, aún abundan en el discurso del PRO elementos como el conflicto, la agresión, la crispación o la grieta, que remiten al kirchnerismo⁵ como otredad. Reflexionando en torno al modo en que la alteridad frecuenta una formación discursiva, cabe rescatar el concepto de *interdiscurso* como el exterior específico que aporta una doxa, conformada por los otros discursos que hacen de marco y punto de partida. Así pueden comprenderse las referencias a lo espiritual por parte de Mauricio Macri, con el cual marcó un rumbo a otros cuadros políticos del PRO en la construcción de un *ethos* conciliador. Este priorizó las formas por sobre los contenidos y se opuso a discursos y prácticas consolidados durante los años de gobierno kirchnerista. En esta línea, “el cambio” como eslogan propuso una relación de ruptura y contraste a lo existente, y por ello puede ser leído como una consigna fundada en lo interdiscursivo. Posiblemente, el imprediso anhelo de cambio ha sido —por su vaguedad y su afincamiento en lo íntimo y subjetivo— una de las claves del proceso persuasivo para la constitución de una masa de adherentes de todas las clases sociales, integrada por sujetos que resultaron más interpelados en términos personales que como actores sociales y políticos.

En su búsqueda acerca de la especificidad del discurso político, Eliseo Verón (1987) plantea un campo de enfrentamiento que supone un adversario. “Es evidente que el campo discursivo de lo político implica *enfrentamiento*, relación con un *enemigo*, *lucha* entre enunciadorees. Se ha hablado, en este sentido, de la dimensión *polémica* del discurso político. La enunciación política parece inseparable de la construcción de un adversario” (p. 16 [el destacado es del original]). La precisión de este planteo resulta solapada en el *ethos* construido por el líder del PRO, que ha dado espacio en su comunicación política a las estrategias de gestión de la subjetividad vinculadas al bienestar, inhibiendo lo político como espacio de pujas y lucha de intereses. Los actos de enunciación adversativa a los que Macri se oponía en plena

⁴ Por ejemplo, cuando en las décadas de 1960 y 1970, un contexto de procesos de descolonización, revoluciones y lucha armada daba cabida a la idea de hombre heroico, dispuesto a dar la vida por sus ideales, podía emerger y extenderse un lema como “patria o muerte” (a partir de su pronunciamiento por Ernesto “Che” Guevara en el marco de la XIX Sesión de la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1964).

⁵ Con este término se alude al movimiento político peronista nacido en 2003 y plasmado a nivel nacional en los gobiernos de los presidentes Néstor Kirchner (2003-2007) y Cristina Fernández de Kirchner (2007-2011 y 2011-2015).

gestión como jefe de Gobierno de CABA quedaron negativamente ligados al ámbito de lo ideológico, mientras que el líder se manifestaba como portador de un discurso superador, más identificado con lo individual que con lo colectivo como clave para abordar el cambio. Evidenciando la interpelación y el fortalecimiento de una ciudadanía replegada sobre sí misma, cobra sentido reponer el siguiente discurso, pronunciado en julio de 2012, en el marco del lanzamiento de “estaciones saludables” con el objeto de mejorar los hábitos alimentarios de la población:

La verdad que cuando uno imagina vida sana, saludable, piensa en médicos, hospitales y no. La verdad que hay muchas cosas antes de eso, que hay una prevención, y una de ellas claramente es la buena alimentación. Cuando uno ve las estadísticas en este momento donde el 43% de los chicos entre 5 y 12 años tienen problemas de obesidad es para asustarse. Para asustarse y actuar. Vos decías [se dirige a la chef argentina Dolly Irigoyen]: basta de papas fritas. Ayer estábamos en la Usina del Arte, que llevamos a muchos chicos de comedores comunitarios y estaban todos con el paquete de papas fritas y chizitos... no, eso no va, eso no es comida saludable. Yo creo que la comida saludable, el tema de la vida no sedentaria, 45% de la gente no hace ninguna actividad física en la Ciudad de Buenos Aires. Las dos cosas juntas, tener un cierto nivel de actividad, por eso es tan bueno que nos enganchemos con la bicicleta, que es una forma de movernos por la ciudad y mantenernos en actividad, cuando los días son siempre tan largos y tan trabajosos, que de golpe si usamos el momento de desplazamiento como momento de actividad física es algo muy bueno. Y claramente, el comer saludablemente las tres o cuatro veces al día que se puede y no comer porquerías todo el tiempo, realmente es algo muy importante, y como vos dijiste, con poca cosa, el mismo esfuerzo, se puede comer sano en vez de comer cosas que no contribuyen.

De arranque y sin tapujos, lo que cada uno/a pueda hacer por sí mismo/a —ejercicio físico, alimentación saludable— se expone por sobre lo que se pueda hacer por la salud como derecho universal y servicio público. Llevar una vida mejor se liga más fuertemente a prácticas privadas que a lo que el Estado pueda garantizar a través de la política pública. Hay, además, un distanciamiento de las condiciones materiales de producción de bienestar en el interior de las familias. La espiritualidad se inserta cómodamente en un *ethos* que niega lo material como

elemento determinante. Así puede entenderse la centralidad otorgada dos meses más tarde al megaevento Fevida: “Buscamos ubicar a la Ciudad de Buenos Aires como el centro espiritual más importante de Latinoamérica”, anunció Macri en una conferencia de prensa con medios locales, respecto al encuentro. Esta feria de espiritualidad, que tuvo lugar en septiembre de 2012, fue presentada por los organizadores, en agosto de ese año, como un evento centrado “en la búsqueda del equilibrio y la salud tanto física como espiritual en un mundo moderno marcado por el estrés y la violencia”. Entre los/as invitados/as internacionales al megaencuentro se destacaron Daniel Goleman, psicólogo, periodista y escritor californiano que adquirió fama mundial a partir de la publicación de su libro *Inteligencia emocional* en 1995; Sri Sri Ravi Shankar, máximo líder de la fundación El Arte de Vivir y uno de los grandes difusores de la meditación y el yoga en Occidente; Dadi Janki, líder y fundadora del movimiento espiritual de origen indio Brahma Kumaris; Nah-Kin, madre sacerdotisa maya, y Rigoberta Menchú, líder indígena y ganadora del Premio Nobel de la Paz. Del ámbito nacional, estuvieron, entre otros/as, el periodista y figura conocida de la autoayuda Ari Paluch (que aun gozaba de la legitimidad y el reconocimiento que perdería a fines de 2017 al ser denunciado por acoso sexual); el filósofo y asesor de Macri, Alejandro Rozitchner (disertando acerca de la filosofía del entusiasmo); el periodista y conductor Claudio María Domínguez (brindando la conferencia “Ser uno mismo”); el rabino Sergio Bergman (que luego se convertiría en el ministro de Ambiente y Desarrollo Sustentable durante la presidencia de Mauricio Macri); la periodista Viviana Canosa (exponiendo experiencias que relata en su libro *Basta de miedos*), y la actriz Nacha Guevara (que dio una conferencia con el tema “Cómo rejuvenecer todos los días”).

Los foros y las conferencias magistrales de los más de cincuenta ponentes abordaron temas tan diversos como la espiritualidad en los negocios, la sanación planetaria, la conexión con los ángeles y con vidas pasadas y la terapia de la risa. Macri inauguró el evento con un discurso con el nombre de “El amor a lo público”. Ante el interrogante acerca del modo en que se inserta un discurso así titulado en la trayectoria vital y política de Mauricio Macri, cobra relevancia la reelaboración de los prejuicios y estereotipos como parte del trabajo de construcción de un *ethos* en el que convergen lo explícito y lo implícito. De esta manera, se torna legible la alusión al aprecio por lo público como parte del “lavado de rostro” de un

empresario que se incorpora en su madurez a la política, tras un derrotero signado por negocios millonarios y fraudulentos.⁶

En el Centro Municipal de Exposiciones de la Ciudad —actualmente conocido como Centro de Convenciones de CABA—, Macri dio por inaugurado el “Primer Megaencuentro de Espiritualidad en América Latina” en Buenos Aires:

Yo también me sumo a decir que estoy muy contento de que se organicen este tipo de eventos, y mucho más que sean en la Ciudad de Buenos Aires, en la Argentina, en un momento especial de nuestro país, donde estamos buscando el camino que nos lleve a ser una mejor sociedad, con mayor felicidad para todos. Estar rodeado por personajes tan especiales, que a mí no me gusta que los llamen sobrevivientes, a mí me gusta mejor decir: personas que han decidido vivir con máxima intensidad, con convicción. Seguramente como decía Carlos,⁷ a partir de experiencias límite que les ha tocado vivir han logrado espiritualidades diferentes, que los alejan claramente del exceso del consumismo, del materialismo, que nos lleva con su seguridad a la felicidad plena [sic]. En ese camino, yo encontré que sentía que el servicio público era un camino de acercarse, porque entre otras cosas se logran cuando uno entiende que la verdad está en el amor [sic]. En realmente tener

⁶ Además de haber estado, entre 1992 y 2003, al frente de la automotriz Sevel —una de las empresas favorecidas durante la última dictadura militar, a causa de la estatización de la deuda privada, de la cual se beneficiaron otras del grupo SOCMA (Sociedad Macri), posteriormente denunciada por contrabando—, Macri ya había dado por entonces muestras de su lógica privatista tanto en su gestión como presidente del club Boca Juniors como en su rol de jefe de Gobierno de CABA.

Al respecto resulta esclarecedor lo que resumen Vommaro *et al.* (2015) con respecto a la gestión del PRO en CABA desde 2007: “Como nueva derecha pragmática, no se constriñe a los límites estrictamente pro mercado: muchos de sus cuadros creen en la intervención del Estado para reducir desigualdades sociales, aunque esa intervención nunca se orienta en sentido contrario al mercado [...] en asuntos económicos, los recursos públicos se deben poner al servicio de la creatividad de los privados, al crear oportunidades de desarrollo de negocios. En el ámbito sociocultural, los coagentes privilegiados se encuentran en la sociedad civil, por lo cual se deben promover alianzas con el tercer sector, movilizador de las energías sociales hasta entonces dispersas en pequeñas acciones de voluntariado” (p. 23).

Ver también con respecto a la concepción y gestión privatista del PRO en materia de educación: “Historia de dos ciudades: El legado de Mauricio Macri en la CABA” (10 de abril de 2015), y con respecto a la concepción y gestión privatista del PRO en materia de salud, según el por entonces precandidato a jefe de Gobierno porteño Martín Lousteau (por Frente ECO): “En ocho años, Macri no construyó ni un solo hospital y bajó el presupuesto para Salud” (14 de abril de 2015).

⁷ Carlos Pérez Vilaró, sobreviviente de la tragedia en la cordillera de Los Andes. El accidente del vuelo 571 de la Fuerza Aérea uruguaya ocurrió el viernes 13 de octubre de 1972, cuando el avión militar con 40 pasajeros y cinco tripulantes que conducía al equipo de rugby del Old Christians —formado por alumnos del colegio uruguayo Stella Maris— se estrelló en la cordillera de los Andes en Mendoza (Argentina), a 3.600 metros sobre el nivel del mar, en ruta hacia Santiago de Chile. Los hechos inspiraron varios libros y películas.

capacidad de amarse a sí mismo, amar a los demás. Si uno no se ama a sí mismo no va a poder amar a los demás. Y la verdad que en el servicio público uno encuentra esta cosa de dar y también encuentra la satisfacción de ver que las cosas suceden. Eso es lo que nos pasa a nosotros en nuestro equipo cada vez que terminamos una transformación que le cambia la vida a mucha gente, cada vez que terminamos una obra y vemos una alegría, un problema resuelto, tiene un valor infinito, incalculable, es algo que no se puede explicar en palabras. Pero, claramente, por eso también, creo que va a ser un tema en estos días, en estas jornadas, es que no entiendo cuando no se interpreta lo importante, lo delicado, lo valioso que es administrar el poder [sic]. El poder que finalmente es sumar un conjunto de voluntades en función de algo, y ese algo tiene que ser un fin bueno, tiene que ser un fin de transformar, de crear, de generar oportunidades, a partir de esas oportunidades de realizaciones personales que de vuelta lleven a la felicidad de la gente [sic]. Por eso tenemos que ayudar a desterrar, y espero que en FeVida encontremos los valores para desterrar todo vínculo del poder con la violencia, con la confrontación, con la división.

Coincido acá con Mario,⁸ la Argentina es un país maravilloso, que tiene enormes oportunidades todavía por delante y merece que todos nosotros pongamos lo mejor que tenemos adentro para que eso se transforme en realidades.

Las expresiones indefinidas sobre el poder alimentaron la construcción que hizo Macri sobre sí mismo como una figura política sin ideología, más allá de ella. Como ingrediente de un *ethos* informal (pero no por eso desalineado), muchos de sus enunciados invitaron a que el/la destinatario/a deduzca el rechazo al ejercicio del poder desde la confrontación y la división que se adosaban al gobierno kirchnerista, sin nombrarlo. Así, el líder del PRO contribuyó a la consolidación de esta idea como presupuesto, elemento evidente, contexto inmanente o telón de fondo que él mismo impugnó al reformular el poder como “suma de voluntades en función de algo bueno”. Reponiendo los diversos actantes que identifica el lingüista francés Christian Plantin,⁹ Macri se construyó como oponente atribuyendo al kirchnerismo una prédica

⁸ Mario Sepúlveda, uno de los 33 mineros que sobrevivieron en Chile, tras quedar encerrados a 700 metros de profundidad durante 70 días en agosto de 2010.

⁹ Concibiendo la argumentación como un “modo de gestión de la diferencia”, Plantin (2005) describe la situación de argumentación como una situación tripolar, con tres actantes: el proponente, el oponente y el tercero, a quien corresponde el discurso de la duda o de la puesta en cuestionamiento.

confrontativa como rasgo central. Se fue tornando presidenciable al aludir a lo espiritual; el amor, la concordia, la unión se erigieron como elementos de una alternativa a las tensiones y el odio.

En el marco del evento, junto con Sri Sri Ravi Shankar, el líder del PRO continuó afirmándose como ser espiritual:

Estos días de unión nos llevan a entender que tiene que haber una política con espiritualidad. Más allá de las diferencias políticas, religiosas, cada uno tiene que conectarse con eso que tiene adentro. Con su capacidad de dar y recibir, con su capacidad de amar, amar al prójimo, amar lo que uno hace, amar a la vida, amar la ciudad, amar el país, amar el planeta. No como algo abstracto, como algo que no tiene sustancia.

Es un *click* que hacemos para convencer a todos y convencernos nosotros que podemos vivir una vida sana, hacer ejercicio físico, podemos cuidar el medio ambiente. Yo siento que tenemos que hacer ese esfuerzo por conocernos, por conectarnos, por demostrar que el amor es el camino, el camino del trabajo en conjunto. Estoy seguro que con estos maestros de la vida van a encontrar enseñanzas valiosísimas, vamos a ayudarnos a conectarnos con esto que es tan necesario: energía positiva puesta al servicio de todos.

Por su parte, Ravi Shankar declaraba en este marco: “La gente puede preguntarse qué tiene que ver la espiritualidad con la corrupción. Yo te digo cuando hay falta de espiritualidad, falta de entusiasmo, falta de sentido de pertenencia, ahí la corrupción entra en la sociedad”.

La fresca imagen de una nueva “política con espiritualidad” aparecía para remover una política que se expuso como tradicionalmente corrupta. A su vez, la energía positiva a la que aludía Macri y el entusiasmo al que se refería Ravi Shankar resultaban vectores oportunos en el marco de formas de conducción que velaban, con discursos universales, su alejamiento del componente material de las relaciones humanas y de la problemática de la desigualdad social en general.

Siguiendo con el foco en el modo en que se interrelaciona un lenguaje —y el rastreo de regularidades en él— con elementos de la historia, la política y la cultura de un país, cabe detenerse en el itinerario de la idea de una “política con espiritualidad” en el año 2015,

momento de plena carrera presidencial de Mauricio Macri. En febrero de ese año, el jefe de gobierno porteño y candidato a presidente de la nación fue el primer invitado de Alejandro Fantino en la séptima temporada del programa televisivo Animales Suelos. Entre varios temas tratados en la conversación, Fantino se sorprendió con una revelación que el dirigente del PRO hizo al aire:

—A veces el poder cambia, y vos siempre tuviste poder: fuiste presidente de Boca, manejas la ciudad. ¿Cómo vas a resistir el “no cambiar” si te tocara ser presidente y te tuvieras que mudar a la quinta de Olivos, empezás a perder relaciones y a cerrarte, por ejemplo?

—A esta altura, creo que yo no voy a cambiar y tengo muy claro, y he trabajado mucho. Y en eso me ha ayudado el psicoanálisis, la contención familiar, lo bien que me llevo con mi mujer, con mis amigos, con mis hijos, el budismo...

—¿El budismo?

—Lo he utilizado tratando de conocer la naturaleza humana y el sentido de la vida. Soy católico pero he leído y he hecho armonización y me ha ayudado muchísimo. Yo empecé en el 2010, [cuando] había mucha más agresión hacia mi persona [por] todo lo que habíamos vivido por el tema de las escuchas.¹⁰ Y yo necesitaba entender qué estaba pasando y la verdad es que me hizo muy bien el proceso de armonización, las leyes de los sonidos: utilizar más partes de la mente para tener más capacidad de dar y recibir. [...] Y reconfirmé una vez más lo mismo: que lo importante son los afectos. Si tengo el honor de ser presidente, es nada, son unos años, y después la vida continuará y lo importante son mi vida y los amigos. Esos afectos. El poder es algo maravilloso si lo utilizás para construir algo bueno para el conjunto de la sociedad, si no termina siendo algo desgastante y ruin.¹¹

¹⁰ En mayo de 2010, el juez federal Norberto Oyarbide dispuso el procesamiento del jefe de Gobierno porteño, Mauricio Macri, en el marco de la causa por escuchas telefónicas irregulares. Macri fue procesado por los delitos de violación de secretos, abuso de autoridad y falsificación de documentos públicos en concurso con el de asociación ilícita (en carácter de miembro). Oyarbide también procesó sin prisión preventiva y por los mismos delitos a los ex jueces misioneros José Luis Rey y Horacio Gallardo. El magistrado procesó sin prisión preventiva al ex ministro de Educación porteño Mariano Narodowski por el delito de encubrimiento y dictó el sobreseimiento del ministro de Justicia y Seguridad de la Ciudad, Guillermo Montenegro (“Se conocieron los fundamentos del procesamiento de Macri”, 17 de mayo de 2010)

¹¹ Transcrito en “Macri: ‘El budismo me ayudó mucho’”, 19 de febrero de 2015.

En el relato acerca de su acercamiento al budismo, Macri no omitió presentarse como católico. En este sentido, la opción por el budismo no quedó planteada como una elección religiosa, sino más bien en la línea de un camino de trabajo interno que forma parte de un estilo de vida edificado con dedicación. El comienzo de esta transformación personal se remonta al año 2009, cuando el publicista Joaquín Molla le sugirió que practicara yoga y meditación para sobrellevar el estrés. Mientras en sus reuniones de gabinete los jugos y las frutas reemplazaban el café y las facturas, los asesores de comunicación comenzaban a trabajar para mostrar a Macri como una persona en forma, tanto física como espiritualmente.¹²

Por otro lado, la aptitud del macrismo para acercarse a otras formas de fe no católicas — más allá de que la mayoría de los cuadros del PRO profesara el catolicismo— alimentó el mosaico plural sobre el que se afirmó con orgullo el PRO.¹³

Como parte del *ethos* macrista se expuso la capacidad de transformar la agresión en optimismo, y durante la campaña presidencial la intención de que se difundiera dicho *ethos* llevó a que circulara en YouTube un corto de poco menos de un minuto que se presentaba con la descripción: “En la casa de Mariana y Ariel de Avellaneda hablamos sobre la positividad y los textos budistas”.

Macri: ¿Lo viste anoche?

Mariana: Yo lo vi, lo vi, lo vi. Excelente, excelente, sí, lo vimos todo. Me gustó, eh, me gustó, me gustó. ¿Sabés lo que estaba mirando?...

Macri: A ver...

Mariana: Te escuché hablar, me gusta escucharte hablar, me gusta mucho porque sos como muy positivo, muy positivo...

Macri: Sí.

¹² La polémica comenzó cuando el entonces jefe de Gobierno porteño se propuso trasladar sus costumbres a la esfera pública y destinar parte del presupuesto a prácticas del estilo Nueva Era: “En mayo de 2012, las maestras del Jardín Maternal N° 8, de Bonpland y avenida Córdoba, denunciaron que se las obligó a realizar un curso de meditación y yoga con el fin de ‘mejorar las relaciones institucionales’. Por la capacitación, que se hizo fuera de su horario, una ONG les cobró 130 pesos a cada una” (Vommaro *et al.*, 2015, p. 426).

¹³ La incorporación de Sergio Berman —primer rabino en ocupar un cargo legislativo en América Latina— da cuenta de la intención de lograr un compuesto multirreligioso.

Mariana: Y yo estoy leyendo un libro que se llama *La ley del propósito* y yo escuchaba sí, que hablabas de la felicidad, como que la tenemos que ir a buscar. Bueno, que está ahí, ¿me entendés?...

Macri: Sí.

Mariana: Pero que uno tiene que salir a buscarla... y me hizo acordar a ese libro y te iba a preguntar a ver si de esas casualidades lo habías leído.

Macri: No, no lo leí... pero tiene que ver con el budismo, por ahí el libro tuyo tiene algo de budista. [Corte en el *spot*.] Empecé a hacer armonización y empecé a leer textos budistas y lo que vas es profundizando el conocimiento de uno mismo, te moviliza la energía de la acción, eso es todo muy positivo, la verdad. Y la verdad que a mí me ha hecho bien y te pone en una actitud positiva porque... [*fade out*].

El discurso de Mauricio Macri se cargó de un léxico positivo, conciliatorio y espiritual que fue dando forma a un inmiscuido repertorio, pues si no encontraba marco apropiado, se colaba por donde podía. Así sucedió en la entrevista televisiva realizada por Fantino, cuando, con supuesta espontaneidad, Macri interrumpió al conductor para hacerle un regalo: un libro *muy cortito* sobre la vida de Mandela.¹⁴

Hablando justamente de la intolerancia, te lo recomiendo, fue un aporte muy valioso, 27 años preso injustamente esta persona y cero rencor, Ale. Un dialoguista nato, un demócrata profundo, vos sabés que aprendió el idioma de los afrikáner porque él decía que iba a tener que negociar la integración de Sudáfrica y necesitaba hablar en el idioma de ellos. Un nivel de generosidad y de amor por la vida único. Y se lee muy rápido.

¿Si elige a Mandela como modelo de hombre es porque porta sus valores y cualidades? Con este gesto, Macri se posicionó en el bando del amor y se diferenció de aquellos que eligen la guerra y el conflicto. A inicios del año en el que se consagraría presidente, el candidato destacaba a Mandela como demócrata, en un contexto en que el gobierno nacional era cuestionado por su debilidad republicana.

¹⁴ Se trataba de *La sonrisa de Mandela*, de John Carlin.

A mediados de 2015, en tanto se consolidaba como líder capaz de vehiculizar el cambio y la unión, Macri expuso su disposición a incorporar una armonizadora budista. En una entrevista radial con la periodista Magdalena Ruiz Guiñazú, comentaba:

—La grieta me tocó a mí como uno de los principales victimarios de esa agresión [sic]. Entonces yo dije, bueno. Un colaborador me propuso que... por qué no incorporaba una armonizadora budista que me iba a hacer bien. Y la verdad que me hizo mucho bien, mucho. Me ayudó a conocerme a mí mismo más, me ayudó a liberar energías. Y la verdad que bueno, la armonización me hizo mucho bien.

—¿Qué es una armonizadora?

—Es una líder budista que te ayuda a reflexionar y después te genera, a través de los cuencos tibetanos y de los gongs, la capacidad de adentrarte en vos mismo y de conectarte con áreas tuyas de tu cerebro que talvez no utilizás.

Con parte del *ethos* macrista y signo de las transformaciones más novedosas en el accionar armonizante del orden social capitalista, toda clase de conflicto resultó igualmente rechazada. Con intervenciones más o menos explícitas, Macri rechazó la dimensión ideológica que su discurso, como cualquier otro, porta. De hecho, su prédica ha sido vehículo de una historia política reciente en la cual la estrategia más efectiva para deslegitimar al kirchnerismo se simbolizó en la imagen de la grieta, como marca de un pueblo dividido. Tanto “la grieta” como la elección de “cambiemos” para dar nombre a la alianza que le permitió acceder a la presidencia pueden ser entendidas como fórmulas que actualizaron el “que se vayan todos” de 2001, en cuanto eslogans capaces de prender entre los/as paradesinatarios/as, aquellos/as a quienes se debía persuadir.¹⁵ Además, “la grieta” operó como forma indirecta¹⁶ de aludir al adversario político, sin perder la armonía como escenografía. Se integró al léxico macrista

¹⁵ Verón (1987, pp. 17-18) propone tres tipos de destinatarios de los discursos políticos: los prodestinatarios (colectivo de identificación frente al cual prevalece la función de refuerzo), los contradestinatarios (excluidos del colectivo de identificación frente a quienes prevalece la función de polémica) y los paradesinatarios (frente a quienes va dirigido todo lo que en el discurso político es del orden de la persuasión).

¹⁶ García Negroni (1988) distingue dos tipos de destinatarios negativos (subtipos de lo que Verón denomina contradestinatarios): el encubierto, que aparece bajo la tercera persona plural o singular, o bien bajo la forma ambigua de la segunda o tercera persona del plural (“aquellos que” o “aquel que”/ “el de siempre” o “los de siempre”) y el indirecto (aparece menos explicitado y se deduce al ser evocado mediante huellas polifónicas).

ejemplificando el entrecruzamiento entre discursos contruidos desde la prensa y desde la política. En este sentido, se trata de un interdiscurso que se instaló desde el periodismo opositor, y comenzó a circular en la sociedad como representación dominante a partir del conflicto por las retenciones a la soja en 2008. El líder del PRO se montó sobre enunciados producidos desde la prensa alimentando su magra argumentación. “La grieta” y el presupuesto de que el kirchnerismo venía ejerciendo el poder desde la agresión y la división fungieron de puntos de apoyo para Macri, quien los presentó como ámbitos de consenso social.

El estilo del PRO se afirmó en un modo de hacer que atravesó tanto los contenidos como las formas políticas, y se consolidó destacando su desvío de lo que los años de gobierno kirchnerista construyeron como norma. Mauricio Macri fue construyendo una imagen de sí capaz de encarnar lo opuesto —en múltiples dimensiones— a cualquier forma de rigidez y autoritarismo: tolerante frente a las posturas diversas, indisciplinado e informal en su modo de celebrar las victorias, tierno como esposo y sensible como padre, ambiguo en su programa político. (“Todos queremos lo mismo: vivir mejor”, afirmaba en uno de los últimos anuncios de campaña antes del balotaje en el que se impuso frente a Daniel Scioli).

La incorporación de la espiritualidad heterodoxa en el *ethos* macrista fue una muestra de la intuición de que toda expresión de rigidez hubiese conducido a la derrota. Como contrapropuesta al conflicto, Macri convocó —mediante la espiritualización de la política— a la no política, al refugio en el deseo subjetivo individual y en la realización personal, enfatizando la necesidad de adentrarse en uno/a mismo/a para estar bien con los/as demás, como sendero (inmaterial) hacia un mundo mejor.

Reflexiones finales

En el marco de la presente tesis, se alude, con el término *enyoguizado/a*, a la edificación y el sostenimiento de un estilo de vida urbano y principalmente profesional, abocado, mediante hábitos saludables, a una gestión personal del bienestar, que se asume como asunto individual, escasamente comprometido con el ejercicio de la crítica social. Este estilo de vida homologa, rechaza e incluso niega cualquier tipo de tensiones y de conflictos, se acomoda en un presente ubicuo que resulta suficiente y apropiado como forma de vinculación con el tiempo, se repliega en la comodidad de los determinismos, con cierto optimismo, entiende la transformación como proceso individual. Su modo de trascender la singularidad se liga más a cuestiones como la naturaleza o el universo que a colectivos sociales comprometidos y movilizados.

El yoga no es responsable del contraste que se manifiesta en la escena urbana entre el bienestar interior que comparten los/as practicantes y su probable apatía con la cuestión social y con los procesos colectivos de transformación. Precisamente, uno de los propósitos centrales de este trabajo ha sido mostrar los puntos de convergencia entre el universo yogui y la forma cultural neoliberal, descartando la idea de que el primero se conforma y consolida para sostener a la segunda. En primer lugar, se tomó el fenómeno de la espiritualidad urbana contemporánea como ventana por donde mirar y comprender los esquemas de percepción y acción de las subjetividades porteñas, identificadas con los sectores medios. Esos modos de ser y estar en los que se diluye la inquietud por saldar el abismo entre el principio de igualdad y la realidad efectiva. En el primer capítulo, el foco estuvo puesto en explicar la masividad del fenómeno en ciudades como Buenos Aires, más allá de los indicios aportados por estudios realizados desde la sociología de la religión que dan cuenta de la crisis de la institucionalidad religiosa en las ciudades globales del siglo XXI. Como hallazgos fundamentales, *se desarrollaron seis líneas explicativas interconectadas sobre el boom de las prácticas y los discursos espirituales asociados al yoga y a la meditación en CABA*. Cada una describe un curso característico de las dinámicas urbanas contemporáneas, con su respectivo impacto en el nivel subjetivo:

I. El *cultivo de estilos de vida maleables* se practica mediante la incorporación de hábitos que no suponen comportamientos rígidos ni ataduras; la amplitud se despliega como aptitud y el fanatismo se percibe como restricción. Tomando una distancia evaluativa de los mandatos y patrones impuestos, crece la posibilidad de reconocer una mayor comodidad e identificación con lo espiritual que con lo religioso.

II. Ante el agotamiento de los abordajes exclusivamente racionales, tiene lugar una apertura a Oriente que favorece el *tránsito de lo ideológico a lo sensitivo*. El ascenso de la experiencia, del sentir y de la energía denota y sopesa el agotamiento del entendimiento. En tanto las penetraciones puramente lógicas sobre las cosas parecen percibirse como obsoletas, hay una valoración del complemento entre lo intelectual y lo sensitivo. Cobra protagonismo la representación social que proclama que la vida consiste en tener experiencias. Como se vio, esta aproximación experiencial atraviesa e hilvana situaciones sumamente diversas como una comida, un recital, un viaje, hasta la atención recibida y la vivencia alcanzada durante la realización de un trámite cualquiera.

Los mensajes que interpelan a practicantes e instructores/as de yoga y meditación, así como sus propias ideas son expresiones de un clima de apertura a sentir y contemplar, para percibir la conexión con una totalidad (que no es la sociedad). En el marco de dicho clima, una parte de los sectores urbanos principalmente profesionales, identificados con las clases medias, eligen romper con estilos de vida y rutinas de trabajo diagramados para sostener un nivel de consumo que ya no resulta condición suficiente para la plenitud.

III. La disposición a *fusionar para enriquecer* expone la valoración de la posibilidad de no dejar nada de lado, capturando e incorporando la riqueza en todo lo circundante. Se percibe cierta distancia y desconfianza de lo unívocamente definido, pues impide ampliar la experiencia vital, mixturando viejos y nuevos paradigmas, o cosmovisiones sincrónicas de tradiciones diversas. Como rasgo que caracteriza la circulación y el consumo de nuevas espiritualidades en CABA, las fusiones se despliegan y resultan altamente convocantes: clases de yoga en las que suena rock, folclore o mantras; psicoterapias que se nutren de la astrología y/o la bioenergética (sin trono para la retrospección); clases de yoga-eutonía-bioenergética, yoga-*booty-ballet*, aeroyoga, yogafit.

IV. *La ciudad es reconocida como obstáculo para la vida buena*, ambiente tóxico, alienante y sobreestimulante. Escenario de la habladuría, la primacía perceptiva del ver y la ambigüedad —reponiendo a Heidegger (2016 [1927])—, donde se consolida una existencia situada en el aislamiento; espacio de agregación de individuos y de relaciones mecánicas que inhiben la vida en conjunto como esencia de la comunidad —retomando a Tönnies (1947 [1887])—. Las prácticas como yoga, meditación o terapia bioenergética, así como los hábitos de “alimentación consciente” o “conexión con la naturaleza”, se eligen como contrapeso a la vorágine y a las formas de socialidad imperantes.

V. A contrapelo de la realidad social que hace a las mujeres parte de la población vulnerable (acosada por situaciones de violencia de género, por dificultades para conciliar la maternidad con el desarrollo profesional, entre otros rasgos de la persistente inequidad de género), en el universo yogui ellas son las que lideran y marcan el rumbo, *habilitando espacio para los procesos emocionales*. El ámbito de las prácticas espirituales presenta a sus practicantes principales como personas más abiertas, dispuestas a registrar y considerar sus emociones. En tanto las mujeres más grandes se disponen al despojo de responsabilidades y mandatos, entre las más jóvenes la conexión con el sentir se presenta articulada con la reivindicación del goce y la autodeterminación en torno al propio cuerpo. Entre ellas se pudo registrar la convergencia de la espiritualidad con la acción social y transformadora, fundamentalmente en colectivos de mujeres con proclamas y demandas vinculadas con sus cuerpos, como el derecho al aborto legal, seguro y gratuito.

VI. Ante la notable valoración de la autonomía y la libertad individual, la extensión de nuevos paradigmas en torno a la organización del trabajo y el ocio, la distancia de los liderazgos verticalistas, el estímulo al emprendedurismo, el “exceso de positividad” (Han, 2012) y la gestión de la incertidumbre como desafío compartido, los sectores urbanos profesionales se asumen como *maestros/as de sí mismos/as* que robustecen —a través de prácticas y discursos espirituales— su caja de herramientas personales.

Cada una de las líneas explicativas desplegadas en la primera parte puede considerarse un aporte a la caracterización de los actuales modos de ser y estar de los sectores urbanos

profesionales de CABA. El primer capítulo también mostró la expansión del fenómeno a otros ámbitos como la publicidad, la música, el marketing, la gestión de recursos humanos y la política, que esparció un manto de espiritualidad sobre el espacio urbano, logrando que dinámicas de reflexión y acción diversas, y a priori distantes, se yuxtapongan.

Aquel presupuesto con el que se inició la indagación que dio lugar a la presente tesis, según el cual el momento de la práctica resultaría valorado como instancia para poner en pausa el actual acoplamiento entre cuerpo humano y dispositivo móvil, no fue constatado en las entrevistas a practicantes e instructores/as de yoga y meditación. Tal vez sea posible considerar esto como un indicio de la aún escasa extensión de la visión crítica con respecto al incesante uso de pantallas y redes sociales durante el tiempo de vigilia, teniendo en cuenta que —más allá de lo que los/as integrantes del universo yogui reconozcan y declaren— en una ciudad como Buenos Aires, donde tantas personas insertas en el anonimato de la multitud urbana, además viven solas, el acercamiento a prácticas espirituales puede constituir un intento de contrapeso. Una búsqueda de acercamiento material, concreto, afectivo que repare el vacío que no llenan las tecnologías, aun cuando estallen los *likes*.

El segundo capítulo se orientó a trazar los *puntos de convergencia entre la nueva espiritualidad de los sectores urbanos identificados con las clases medias y los postulados, prácticas y valores del orden social o forma cultural neoliberal*, evitando el establecimiento de una relación de causalidad como forma de articulación entre ambos fenómenos. Tal como se reconoció, la cuestión de las zonas comunes entre las nuevas espiritualidades y la lógica cultural neoliberal ha sido abordada previamente desde la academia, con interesantes matices (Viotti y Geddes, 2012; Viotti y Vargas 2013; Viotti y Semán 2015; Jain 2015 y 2020). Se consideraron los antecedentes, tomando distancia de aquellos abordajes que describen como prácticas neoliberales el yoga y la meditación que circula en ciudades globales occidentales.

Más bien se suscribe al tratamiento de la extensión, en grandes centros urbanos de Occidente, de nuevas espiritualidades volcadas a lo oriental, como posible foco local —efecto y soporte, a la vez— de estilos de vida que se consolidan de la mano de la disolución de la cuestión social (rasgo general del neoliberalismo). Se reconoce que, mientras el capitalismo industrial visibilizó el abismo entre el principio de igualdad y la realidad de exclusión social,

estimulando la organización colectiva como reacción necesaria, en el capitalismo de la posmodernidad digital resulta complejo identificar aglutinantes sociales en las ciudades, más allá del estrés o la desconfianza en el/la otro/a como afecciones compartidas.

Cada uno de los puntos de convergencia señalados configura un ingrediente fuertemente despolitizador, que solo se escinde del resto en términos analíticos, en tanto se manifiestan totalmente interconectados en los actuales modos de ser y estar en la ciudad.

I. *Cuestiones sociales enmascaradas de asuntos personales.* Se trata de un reduccionismo, una simplificación pero también puede desplegarse como un velamiento. La individualización de lo social se sustenta y refuerza en el imaginario de que cada uno/a tiene la facultad de componer su recorrido personal. El universo yogui presenta como universal la posibilidad de elegir qué se quiere hacer y quién se quiere ser. La responsabilización de los sujetos por su suerte corre la mirada de los marcos socioeconómicos en los que las personas deben desenvolverse, presentando el empoderamiento personal como principal estrategia para el éxito. Por ejemplo: muchos de los problemas estructurales que afectan a las mujeres, como la falta de políticas que auspicien una mayor corresponsabilidad en las tareas domésticas y de cuidado, de acciones estatales que promuevan la valoración social y económica de estas tareas, o de iniciativas públicas que contribuyan a remover la inequidad de género en los lugares de trabajo, resultan privatizados mediante el estímulo al despliegue de estrategias personales que favorezcan la gestión del estrés y el cuidado personal para hacer frente de la mejor manera —y sin alterar el statu quo— al desafío de conciliar vida laboral y familiar. La extendida misión de cuidarse y empoderarse para lidiar con las demandas del trabajo y del hogar impide emprender colectivamente algo potencialmente más desestabilizador y quita espacio a un abordaje de estas cuestiones como asuntos públicos.

II. *Bienestar desligado de lo material.* El poder de la intención que los discursos y las prácticas espirituales consagran pareciera ser más potente que las relaciones económicas y la distribución de recursos que resulta de ellas. La idea de que todas las personas tienen las mismas oportunidades de hacer algo extraordinario con su vida pasa por alto la realidad social —y libera al sistema de la obligación de proteger a los/as ciudadanos/as, concepto que la

cultura neoliberal propone mantener con baja incidencia—. La premisa de “buscar el bienestar desde el placer por lo simple”, simultáneamente presente en ámbitos diversos como el mundo espiritual o el mundo del diseño, supone de manera tácita una enorme distancia de cualquier carencia material.

III. *Desarrollo interior como aporte al bienestar general.* Desde el universo yogui se proclama que solo si cada uno/a busca estar bien y feliz consigo mismo/a (autogestión del bienestar), se pueden establecer buenas relaciones interpersonales y así transitar el camino hacia la generalización del bienestar. El estar bien con uno/a mismo/a para estar bien con el entorno resulta asumido por muchos/as como una contribución. La privatización del bienestar alimenta la personalización de los procesos de transformación. El itinerario propone repliegue y evolución personal. El despertar, la transformación y el bienestar se encaminan a través de búsquedas personales. Es así que entre quienes integran el universo yogui puede estar más presente y resultar más aglutinante el universo, el cosmos o la humanidad que la idea de sociedad.

IV. *El/la empresario/a de sí apela a su desarrollo interior en la competencia consigo mismo/a.* Se desecha la noción de clase social, se debilitan los lazos de solidaridad y se diluye el rol del Estado como garante de derechos universales. La clase de yoga estimula la confianza absoluta en la idea de potencial, preparando a los/as practicantes para un terreno que exige versatilidad y capacidad de generación de proyectos. La creatividad y el entusiasmo se consagran como aptitudes para el *management* del yo (Arizaga, 2017) y la convivencia con la incertidumbre.

V. *La revisión del pasado como actitud limitante.* La reconstrucción histórica pierde peso cuando se trata de pensar el panorama social actual o definir lo que cada uno/a es. La supremacía del aquí y ahora descuida la memoria histórica y excluye la imaginación utópica, dificultando el procesamiento consciente de algo más de lo que el presente ofrece (punto de encuentro entre el yoga y las redes sociales).

VI. *Aceptación de lo que acontece, que es también el registro por sobre la acción.* El universo yogui ofrece refugios y pausas que hacen posible permanecer en el ruedo con una actitud de aceptación y de no confrontación; bálsamos que hacen posible un amoldamiento

individual a lo que existe. Acoplándose a la dinámica urbana, desde los discursos inscriptos en torno a las prácticas de yoga y meditación, las ideas de esencia, alma eterna y aceptación pueden contribuir a la vinculación con lo dado como predeterminado, constitutivo, inevitable e inmutable.

Las premisas, los postulados y las pautas de acción asociados con prácticas como el yoga, la meditación o la terapia bioenergética pueden circular de forma tal de aportar al sofocamiento de la pequeña posibilidad de que sujetos interpelados como consumidores/as de experiencias, emprendedores/as en busca de su salvación personal y líderes en el trazado de su propio trayecto se agrupen en procesos de acción social crítica y transformadora.

Sin embargo, es preciso volver a remarcar la distancia de toda mirada conspirativa y, para ello, matizar cualquier posible interpretación que conduzca a posicionar la masividad de las nuevas espiritualidades como nuevo fundamento del capitalismo. Hay que considerar que, en muchos casos, los discursos y las prácticas vinculados con el yoga se presentan asociados a una nueva conciencia ambiental y de crítica al consumismo capitalista, nuevas formas de vida y renovadas concepciones de salud antifarmacéuticas.

El impacto de la globalización y de la apropiación de lo oriental contribuye a la emergencia de una subjetividad fundamentalmente urbana y profesional que habilita procesos de revolución personal, a partir del distanciamiento de las aproximaciones exclusivamente racionales, de la insuficiencia del psicoanálisis o de la palabra para adentrarse en los conflictos, del desarrollo de estilos de vida más comprometidos con el medio ambiente (lo que en algunos casos implica ir en contra de la lógica del mercado). Estas transformaciones personales no terminan de contribuir a una crítica social ni logran, por el momento, aglutinarse en una construcción alternativa con posibilidades de tornarse hegemónica u obstruir el funcionamiento del engranaje económico cultural neoliberal.

El hecho de que en el neoliberalismo contemporáneo ciertas concepciones políticas y determinadas formas actuales de dominación o colonización de las subjetividades se hayan apoyado en algunas vetas del discurso que gira en torno a las nuevas espiritualidades da cuenta de su potente penetración en determinados sectores sociales profesionales que han descartado

la política partidaria como herramienta de transformación, y de ciertos puntos de encuentro entre ambas esferas —espiritualidad yogui y neoliberalismo contemporáneo—. Esta convergencia indica rasgos de afinidad, lo que no implica que una esfera opere como fundamento, soporte, argumento o causa de la otra.

Los estilos de vida que se edifican en torno a la práctica de yoga en CABA dan cuenta de una espiritualidad más terapéutica que religiosa, que busca un bienestar individual asumido en un sentido integral, que tiene como condición de posibilidad el aseguramiento de lo material. La valoración de lo simple tras el empacho consumista explica tendencias actuales en áreas tan disímiles como el diseño, la cosmética o la alimentación. Para quienes tienen aseguradas sus necesidades básicas, la transformación y el bienestar tienen cabida como búsquedas personales, en tanto lo que se identifica como trascendente para lo individual es el universo, el cosmos, la naturaleza o una trama, antes que la sociedad. La tendencia a la personalización —legitimada mediante la idea de que “cada persona es un mundo” y presente en ámbitos tan diversos como el cuidado de la salud, la atención al cliente o las recomendaciones posibilitadas por el algoritmo y el *big data*— refuerza la tendencia a la insularidad. Es indudable que el aislamiento indicado a toda la población durante la pandemia por COVID-19 extremó esta realidad, cuyos efectos seguramente serán objeto de numerosos análisis en los próximos años. “Si no podés ir hacia afuera, ve hacia adentro”, postulaba una publicidad radial de la fundación El Arte de Vivir emitida durante 2020. ¿Cómo repercutirá en el nivel social y subjetivo la premisa de la distancia social como forma de solidaridad? ¿Surgirán nuevas terapias? ¿Cómo se reformulará el universo yogui en el escenario pospandémico y qué nuevos rasgos caracterizarán a sus integrantes?

Hasta el momento, las estrategias de gestión de la subjetividad vinculadas a consumos y prácticas espirituales se valoran como vía para la concientización con vistas a un desarrollo interior, personal y/o individual. La premisa de “sálvese quien pueda” y la idea de que el bienestar del conjunto comienza en cada uno/a circulan cercanas y envuelven el universo yogui haciéndose indistinguibles. La conexión y el encuentro con uno/a mismo/a, la búsqueda de paz interior y la vuelta al centro de cada uno/a constituyen las motivaciones más frecuentes

expresadas por los/as practicantes de yoga. Se entienden como instancias necesarias y primordiales para poder encarar el encuentro con los/as otros/as.

Los discursos que giran en torno a las prácticas de yoga y meditación estimulan la sensación de que “todo es perfecto” como es, permitiendo a las personas diluirse en aquello que registran y descartar la actuación crítica, más allá de aquella que remite al sí mismo/a y a la exploración del máximo potencial personal. Así es que la capacidad de agencia de los sujetos puede resultar desplazada por la recepción pacífica y optimista de lo que acontece (y cobra aspecto de ineludible) y de lo que aconteció (y se reduce a obstáculo para focalizar en el presente). La legitimidad con la que se promueve a gran escala la suspensión de lo racional —a través de desafíos personales relacionados con aquietar los pensamientos, disminuir su velocidad o dejar la mente en blanco— y el reconocimiento de su insuficiencia resultan aún novedosos para las ciudades occidentales. Complementa esta convocatoria un impulso de acercamiento a lo natural y al verdadero estado del ser que es el presente.

Cada una de las líneas explicativas desplegadas para comprender el *boom* de una nueva espiritualidad en CABA, así como los puntos de convergencia entre las prácticas y los discursos espirituales y la cultura neoliberal que fueron identificados y descriptos pueden considerarse aportes para el trazado del perfil subjetivo contemporáneo de los sectores urbanos identificados con las clases medias. Biografías personales y contextos sociohistóricos se entrecruzan, se influyen, se amalgaman potenciando tendencias, iluminando circuitos, favoreciendo la emergencia de ciertos liderazgos. Las manifestaciones de los entrelazamientos entre lo social y lo subjetivo invitan a reponer la figura del individuo-sujeto-actor (Bajoit, 2008) obligado a elegir y a contar con su imaginación, su iniciativa y su creatividad para autorrealizarse como persona singular. Conviven y se retroalimentan en su ambiente la falta de grandes relatos o verdades aglutinantes y dadoras de sentido, la asunción individual de los riesgos, la exigencia de flexibilidad, adaptabilidad y competitividad por parte de un mercado de trabajo que enarbola la figura del sujeto empresa, un ritmo de vida que amplifica el presente, exhibe el instante como lógica temporal prevalente, y convoca a una actualización permanente de los contenidos que cada cual consume y produce. En medio de dichos procesos o rasgos de las sociedades posmodernas, el consumo de bienes y servicios culturales espirituales y la participación en la

edificación de un estilo de vida enyoguizado por parte de profesionales urbanos/as también se tornó global.

La disyunción entre cultura y estructura social —que identificaba el sociólogo estadounidense Daniel Bell (2004 [1976]) en su trabajo sobre las contradicciones culturales en el capitalismo tardío, escrito cuando comenzaba a consagrarse la forma neoliberal de cultura y sociedad— encuentra en la masiva circulación de la espiritualidad yogui un puente para su reunificación. Bell señalaba por entonces la carencia de puntos de encuentro entre cultura y orden social, comparables a los que hubo entre ética protestante, cultura del ahorro y postergación, por un lado, y consolidación del capitalismo moderno y ascenso de la burguesía, por el otro.

La manera en que se desenvuelven las subjetividades resulta moldeada por un sistema económico, un sistema de creencias, un escenario específico, que a su vez se fortalece a través de los modos de ser y estar que se adoptan masivamente. De ahí la retroalimentación y el mutuo reforzamiento entre cultura y estructura social, entre ideología y sistema socioeconómico. La masividad con la que en CABA los sectores urbanos identificados con las clases medias se acercaron al yoga y a otras prácticas y discursos vinculados con una espiritualidad reconfigurada ofrece claves para pensar el juego mediante el cual el sistema socioeconómico se refleja en la forma cultural, y viceversa. El estimulante trazado de un estilo de vida saludable pero maleable; la inmersión en lo no racional, en la experiencia, en lo sensible, en lo no occidental; una actitud cosmopolita de apertura a las fusiones, a las mezclas y a las múltiples influencias; la percepción de la ciudad como entorno tóxico, ambiente estresante y obstáculo para la buena vida; el rechazo y la desconfianza en los liderazgos verticalistas y una mayor comodidad con la idea de que cada uno/a es maestro/a de sí mismo/a son algunos de los elementos característicos de las subjetividades urbanas contemporáneas.

Como se ha intentado mostrar a lo largo de este trabajo, estos posicionamientos no son causa del neoliberalismo, pero encuentran afinidad con el sistema de creencias en torno al cual se sostiene el orden neoliberal. La idea de que cada uno/a es hacedor/a de su vida desde su capacidad emprendedora y creativa —independientemente de las condiciones materiales de existencia—, la ilusión de que buscando la felicidad propia se está contribuyendo al bienestar

general, la personalización de la transformación, el traslado del bienestar y de la alternativa superadora al fuero privado son elementos configurantes de estilos de vida que favorecen la renovación, la legitimación y el mantenimiento del orden neoliberal.

La indagación y la reflexión en torno a la masividad adquirida por prácticas y discursos que se ejercen como herramientas o respuestas estratégicas en el marco de la vida social urbana contribuyen a delinear las subjetividades que este orden social global, vertiginoso e individualizante modela y demanda. El *boom* del yoga y la meditación, estimulando el ascenso de un estilo de vida saludable en cuyo derrotero se personaliza el bienestar, permite esbozar la figura del/de la yogui urbano/a como un modo de ser y habitar la ciudad, dedicada a cultivar con dedicación los mejores recursos para mantenerse en el ruedo, dando lugar a un juego libre de fusiones y combinaciones que guía el sentir, ofreciendo el equilibrio personal y la no conflictividad como aportes a un entorno caótico. La aceptación y la autosuperación, que pueden pensarse incompatibles, conviven en modos de ser y estar que asumen sincrónicamente el registro sin involucramiento de lo que acontece alrededor y el cultivo de la mejor versión de uno/a mismo/a (libre de exigencias que impidan sentirse bien con lo que está al alcance del propio cuerpo-mente-espíritu en cada momento). La “aceptación del plan que la vida tiene destinado para cada uno/a” convive con la búsqueda de permanente evolución personal y con el compromiso individual de ser feliz, en tanto soportes para la forma cultural neoliberal. Dichas pautas de orientación y acción describen a las subjetividades contemporáneas y las distancia enormemente de los compromisos con causas políticas y sociales por los cuales hasta hace 40 años resultaba heroico dar la vida. En su circulación urbana, el universo yogui vela la mirada crítica respecto de la realidad social, propiciando que sus integrantes vivan lo mejor posible dentro de ella. El/la yogui urbano/a resulta un formato subjetivo convergente con la forma neoliberal de organización del capitalismo: un yo flexible y dinámico, empujado a vivir la incertidumbre como una aventura, dispuesto a encontrar el camino del éxito que solo dependería de su actitud.

Los códigos fundamentales de una cultura —los que rigen sus lenguajes, sus esquemas perceptivos, sus cambios, sus técnicas, sus valores, la jerarquía de sus prácticas— fijan de antemano para cada hombre los órdenes empíricos con los cuales tendrá algo que ver y

dentro de los que se reconocerá. En el otro extremo del pensamiento, las teorías científicas o las interpretaciones de los filósofos explican por qué existe un orden en general, a qué ley general obedece, qué principio puede dar cuenta de él, por qué razón se establece este orden y no aquel otro. Pero entre estas dos regiones tan distantes, reina un dominio que, debido a su papel de intermediario, no es menos fundamental: es más confuso, más oscuro y, sin duda, menos fácil de analizar. Es ahí donde una cultura, librándose insensiblemente de los órdenes empíricos que le prescriben sus códigos primarios, instaura una primera distancia con relación a ellos, les hace perder su transparencia inicial, cesa de dejarse atravesar pasivamente por ellos, se desprende de sus poderes inmediatos e invisibles, se libera lo suficiente para darse cuenta de que estos órdenes no son los únicos posibles ni los mejores... (Foucault, 2011 [1966], pp. 13-14)

Esta región a la que alude Foucault, entre la mirada codificada de quienes componen una sociedad y el conocimiento construido por científicos o filósofos, en la medida en que manifiesta los modos de ser de un orden, puede considerarse una experiencia fundamental para motorizar el cambio social.

El acercamiento a prácticas y postulados de Oriente, asociados con la espiritualidad estilo Nueva Era, también podría pensarse como un acto de potencia contrahegemónica, fundamentalmente por el hecho de marcar con orientación pragmática el agotamiento de cierto orden y de ciertas leyes que lo estructuran. ¿Es posible que el ascenso del sentir pueda estimular la percepción de graves problemas sociales que actualmente se esconden bajo la máscara de aflicciones subjetivas? ¿Cómo hacer de este refugio que contiene entre tanta soledad, incertidumbre y velocidad una usina para el cambio social o un freno al curso del capitalismo tardío, en lugar de un asilo para la aceptación y la salvación individual? ¿Cómo interpela la caracterización de los modos de ser y estar urbanos a proyectos políticos con vocación de transformar un panorama social profundamente desigual, que mantienen desde hace años una penetración residual en la sociedad? En los tiempos que corren no se evidencian señales de la presencia de fuerzas sociales capaces de revertir las tendencias que fueron descritas en este trabajo.

Referencias bibliográficas

Fuentes principales

- Adamovsky, E. (2009). *Historia de la clase media argentina*. Planeta.
- Appadurai, A. (2001). *La modernidad desbordada. Dimensiones culturales de la globalización*. Fondo de Cultura Económica.
- Appadurai, A. (2016). *Hacer negocios con palabras. El fracaso del lenguaje como clave para entender el capitalismo financiero*. Siglo XXI.
- Apperley, A., Jacobs, S. y Jones, M. (2016). Culturas terapéuticas. *Diversa*. Tr. por M. A. Battaglia. Red de Estudios de la Diversidad Religiosa en Argentina. Recuperado de <http://www.diversidadreligiosa.com.ar/blog/culturas-terapeuticas/>.
- Arizaga, C. (2017). *Sociología de la felicidad. Autenticidad, bienestar y management del yo*. Biblos.
- Assusa, G. y Mansilla, H. (2019). La clase social como posición y representación. Un análisis sociológico de la autoafiliación en la estructura social. Argentina, 2014-2015. *Lavboratorio*, 29, 87-112.
- Bajoit, G. (2008). La renovación de la sociología contemporánea. *Cultura y Representaciones Sociales*, 3(5), 9-31.
- Bauman, Z. (2007). *Vida de consumo*. Fondo de Cultura Económica.
- Beck, U. (2006). *La sociedad del riesgo. Hacia una nueva modernidad*. Paidós.
- Becker, D. (2013). *One nation under stress. The trouble with stress as an idea*. Oxford University Press.
- Bekesas, W. R., Riegel, V. y Vercesi Mader, R. (2016). Consumo midiático juvenil em experiências cosmopolitas: entre o entretenimento global e as práticas locais. *Comunicação, Mídia e Consumo*, 13(36), 112-130.
- Bell, D. (2004 [1976]). *Las contradicciones culturales del capitalismo*. Alianza.
- Boltanski, L. y Chiapello, È. (2002). *El nuevo espíritu del capitalismo*. Akal.
- Bourdieu, P. (2003 [1984]). *Creencia artística y bienes simbólicos. Elementos para una sociología de la cultura*. Aurelia Rivera.

- Bourdieu, P. (2012 [1979]). *La distinción. Criterios y bases sociales del gusto*. Taurus.
- Brooks, D. (2000). *Bobos in paradise. The new upper class and how they got there*. Simon & Schuster.
- Carozzi, M. J. (1999). La autonomía como religión: la nueva era. *Alteridades*, 9(18), 19-38.
- Carozzi, M. J. (2000). *Nueva Era y Terapias Alternativas*. Ediciones de la Universidad Católica Argentina.
- Carrone, N. y Funes, M. E. (2013). El boom espiritual. Estrategias de diversificación y de utilidad en el campo de la espiritualidad alternativa: el Arte de Vivir y la Editorial Deva. En Algranti, J. (dir.). *La industria del creer. Sociología de las mercancías religiosas* (135-158). Biblos.
- Castel, R. (2003). *La inseguridad social ¿Qué es estar protegido?* Manantial.
- Centro para la Evaluación de Políticas basadas en Evidencia (CEPE) (2019). El mapa del trabajo argentino 2019. Universidad Torcuato Di Tella. Agosto. Recuperado de https://www.utdt.edu//Upload/_156561758080852100.pdf.
- Crary, J. (2015). *24/7. El capitalismo tardío y el fin del sueño*. Ariel.
- Charaudeau, P. (2004). La problemática de los géneros: de la situación a la construcción textual. *Signos*, 37(56), 23-39.
- D'Angelo, A. (2014). Al final todos terminaron viniendo como a terapia. El yoga entre la complementariedad pragmática, el trabajo terapéutico y la reorientación del self. *Astrolabio*, 12, 193-225.
- Díaz Larrañaga, N., Grassi, L. y Mainini, C. (2011). Socialidad: los modos de apropiación del espacio público. *Question/Cuestión*, 1(29). Recuperado de <https://perio.unlp.edu.ar/ojs/index.php/question/article/view/572>.
- Dirección General de Estadística y Censos (2011). Los hogares unipersonales en la Ciudad de Buenos Aires: su evolución en los últimos 30 años y su situación en 2009. Buenos Aires. Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.
- Dirección General de Estadística y Censos (2014). Estudiantes universitarios en la Ciudad de Buenos Aires. Un análisis por sector de gestión. Buenos Aires. Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

- Duer, C. (2013). *Transformaciones en el accionar armonizante del orden social capitalista: una aproximación a partir de la dinámica laboral en empresas transnacionales* [Tesis de maestría no publicada]. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
- Duer, C. (2018). Clases medias y consumos culturales espirituales. Cruces y convergencias entre la socialidad espiritual y la socialidad neoliberal en el marco del capitalismo tardío. En Wortman, A. (comp.). *Un mundo de sensaciones. Sensibilidades e imaginarios en producciones y consumos culturales argentinos del siglo XXI* (215-240). CLACSO.
- Fair, H. (2013). La construcción y legitimación sociocultural de la hegemonía menemista. Discurso de sentido común y eficacia interpelativa dialéctica. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 18(62), 89-113.
- Featherstone, M. (2000). *Cultura de consumo y posmodernismo*. Amorrortu.
- Fernández Lopes, P. D. (2020). Ciudad de los solos. Los hogares unipersonales en contexto de pandemia. Facultad de Psicología y Ciencias Sociales, Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES). Recuperado de <https://www.uces.edu.ar/conocenos/facultad-de-psicologia-y-ciencias-sociales/14074/ciudad-solos-hogares-unipersonales-contexto-pandemia>.
- Fernández Rodríguez, C. J. y Riie, H. (2011). El debate sobre el omnivorismo cultural. Una aproximación a nuevas tendencias en sociología del consumo. *Revista Internacional de Sociología*, 69(3), 585-606.
- Fisher, M. (2019). *Realismo capitalista. ¿No hay alternativa?* Caja Negra.
- Foucault, M. (2005 [1969]). *La arqueología del saber*. Siglo XXI.
- Foucault, M. (2006 [1976]). *Historia de la sexualidad*, t. 1: *La voluntad del saber*. Siglo XXI.
- Foucault, M. (2007 [2004]). *Seguridad, territorio, población. Curso en el College de France (1977-1978)*. Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2011 [1966]). *Las palabras y las cosas*. Siglo XXI.
- Franco, R., Hopenhayn, M. y León, A. (coord.) (2010). *Las clases medias en América Latina. Retrospectiva y nuevas tendencias*. CEPAL y Siglo XXI.
- García Martínez, J., Jurado Herrera, A. y Barrionuevo Molino, M. (2017). Dominar el deseo: el imperativo de la felicidad en el capitalismo emocional. *Intersticios*, 11(2), 51-69.

- García Negroni, M. M. (1988). La destinación en el discurso político: una categoría múltiple. *Lenguaje en Contexto*, 1(2), 85-111.
- Garguin, E. y Visacovsky, E. (comps.) (2009). *Moralidades, economías e identidades de clase media. Estudios históricos y etnográficos*. Antropofagia.
- Germani, G. (1968). *Política y sociedad en una época de transición*. Paidós.
- Grace Diem, A. y Lewis, J. R. (1992). Imagining India: the Influence of Hinduism on the New Age Movement. En Lewis, J. R. y Melton, J. G. (eds.). *Perspectives on the New Age* (48-58). SUNY Press.
- Güemes, C. y Paramio, L. (2020). El porvenir de una ilusión: clases medias en América Latina. *Nueva Sociedad*, 285, 47-59
- Güell, P. y Peters, T. (eds.) (2012). *La trama social de las prácticas culturales. Sociedad y subjetividad en el consumo cultural de los chilenos*. Colecciones CISOC, Ediciones Universidad Alberto Hurtado.
- Güell, P., Peters, T. y Morales, R. (2012). Individuación y consumo cultural: las afinidades electivas. En Güell, P. y Peters, T. (eds.). *La trama social de las prácticas culturales. Sociedad y subjetividad en el consumo cultural de los chilenos*. Colecciones CISOC, Ediciones Universidad Alberto Hurtado.
- Han, B. (2012). Más allá de la sociedad disciplinaria. En *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Han, B. (2014). *Psicopolítica*. Herder.
- Harari, Y. N. (2018). *De animales a dioses. Breve historia de la humanidad*. Debate.
- Hartog, F. (2007). *Regímenes de historicidad. Presentismo y experiencias del tiempo*. Universidad Iberoamericana de México.
- Heidegger, M. (2016 [1927]). *Ser y tiempo*. Trotta.
- Hijós, N. (2016). Gente que corre, runners y fanatizados: un análisis etnográfico sobre la permeabilidad del mercado en un running team. *Voces en el Fénix*, 58, 92-101.
- Hine, C. (2004). *Etnografía virtual*. Editorial UOC.
- INDEC (2019). Incidencia de la pobreza y la indigencia en 31 aglomerados urbanos. Primer semestre de 2019. Instituto Nacional de Estadística y Censos de la República Argentina. *Informes Técnicos*, 3(182). Recuperado de

https://www.indec.gob.ar/uploads/informesdeprensa/eph_pobreza_01_19422F5FC20A.pdf.

- Informe UADE (2013). *¿Cómo son las nuevas estructuras familiares en la Ciudad de Buenos Aires? Un panorama de los últimos 30 años (1980-2010)*. Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas, Universidad Argentina de la Empresa, Buenos Aires.
- Ipsos Public Affairs (2016). *Yoga in America*. Yoga Journal y Yoga Alliance. Recuperado de https://www.academia.edu/37839276/Yoga_in_America_Study.
- Jameson, F. (1991). *La lógica cultural del capitalismo avanzado*. Paidós.
- Jain, A. (2015). *Selling Yoga. From Counterculture to Pop culture*. Oxford University Press.
- Jain, A. (2020). *Peace, Love, Yoga. The Politics of Global Spirituality*. Oxford University Press.
- Jones, D., Manzelli, H. y Pecheny, M. (2004). La teoría fundamentada: su aplicación en una investigación sobre vida cotidiana con VIH/sida y con Hepatitis C. En Kornblit, A. (ed.). *Metodologías cualitativas. Modelos y procedimientos de análisis* (47-76). Biblos.
- Jorrat, J. R. (2010). Percepciones de clase en Argentina. *Estudios del Trabajo*, 36, 49-83.
- Jorrat, J. R. (2011). Clase, identidad de clase y percepción de las sociedades desde elitistas a igualitarias: un estudio comparativo internacional. En *Movilidad y cambio social en América Latina*. IIGG.
- Lipovetsky, G. (2008). *Los tiempos hipermodernos*. Anagrama.
- López Novo, J. P. (2012). Espiritual pero no religiosa: la cultura de la transformación personal. *Ilu. Revista de Ciencias de las Religiones*, 17(1), 77-99.
- Lutterbeck, B. (2001). "Más sano y con sabor más natural" ¿Quiénes compran alimentos orgánicos y por qué? *Comuniica (Revista del Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura)*, 5(17). Recuperado de http://webiica.iica.ac.cr/comuniica/n_17/art_4.pdf
- Maingueneau, D. (1996). El ethos y la voz de lo escrito. *Versión*, 6, 79-92.
- Maingueneau, D. (2004). ¿"Situación de enunciación" o "situación de comunicación"? *Discurso.org*, 3(5). Recuperado de <http://semiologia-cbc-distefano.com.ar/bibliografia/unidad-2/Maingueneau-2003-Situacion-de-enunciacion-y-situacion-de-comunicacion.pdf>.

- Mallimaci, F. y Giménez Béliveau, V. (2007). Creencias e increencias en el Cono Sur de América. Entre la religiosidad difusa, la pluralización del campo religioso y las relaciones con lo público y lo privado. *Revista Argentina de Sociología*, 5(9), 44-63.
- Mallimaci, F., Giménez Béliveau, V., Esquivel, J. C. e Irrazábal, G. (2019). Sociedad y Religión en Movimiento. Segunda Encuesta sobre Creencias y Actitudes Religiosas en Argentina. Informe de Investigación (25). CEIL-CONICET.
- Marcos, M. F. (2013). El consumo de alimentos orgánicos en redes de comercio justo, el caso del galpón de chacarita. VII Jornadas Santiago Wallace de Investigación en Antropología Social. Sección de Antropología Social. Instituto de Ciencias Antropológicas. Facultad de Filosofía y Letras, UBA, Buenos Aires. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-063/246.pdf>.
- Mark, K. (2008 [1859]). *Contribución a la crítica de la economía política*. Siglo XXI.
- Mundo, D. (2018). *COPIA N º 1. Interpretación libre de "La obra de arte en la época de la reproductibilidad técnica" ejecutada entre el 21 de septiembre y el 17 de octubre de 2017*. Eloísa Cartonera.
- Murillo, S. (2013). La estrategia neoliberal y el gobierno de la pobreza. La intervención en el padecimiento psíquico de las poblaciones. *Voces en el Fénix*, 4(22), 70-77.
- Murillo, S. (coord.) (2015). *Neoliberalismo y gobiernos de la vida. Diagrama global y sus configuraciones en la Argentina y América Latina*. Biblos.
- Murillo, S. (2018). Neoliberalismo: Estado y procesos de subjetivación. *Revista de la Carrera de Sociología*, 8(8), 392-426.
- Ortiz, R. (2019). *El universo del lujo*. Prometeo.
- Padura, L. (2017). *Herejes*. Tusquets.
- Pêcheux, M. (1978). *Hacia un análisis automático del discurso*. Gredos.
- Peterson, R. A. y Kern, R. M. (1996). Changing highbrow taste: from snob to omnivore. *American Sociological Review*, 61(5), 900-907.
- Plantín, C. (2005). *La argumentación*. Biblos.
- Prada, J. M. (2011). ¿Capitalismo afectivo? *EXIT Book*, 15, 32-37.
- Puig, M. (1996 [1979]). *Pubis Angelical*. Seix Barral.

- Purser, R. (2019). «Mindfulness»: la nueva espiritualidad capitalista. *Nueva Sociedad*, 281. Recuperado de <https://nuso.org/articulo/espiritualidad-capitalismo-neoliberalismo/>.
- Radakovich, R. (2014). El gusto revisitado: distinción, hibridez y omnivoridad en el cono sur latinoamericano. *Diálogos Possíveis*, 13(2), 187-205.
- Ramírez Morales, M. (2019). Espiritualidades femeninas: el caso de los círculos de mujeres. *Encartes*, 2(3), 144-162.
- Recalde, H. P. (2011). Reformas laborales durante la convertibilidad y la posconvertibilidad. *Voces en el Fénix*, 6, 6-11.
- Roberts, M. (2019). India: another China or another Brazil? *Michael Roberts Blog*. Recuperado de <https://thenextrecession.wordpress.com/2019/05/19/india-another-china-or-another-brazil/>
- Rodríguez Enríquez, C. (2014). El trabajo de cuidado no remunerado en Argentina: un análisis desde la evidencia del Módulo de Trabajo no Remunerado. Documentos de Trabajo “Políticas públicas y derecho al cuidado” N° 2. Equipo Latinoamericano de Justicia y Género.
- Rodríguez, E., Gentile, N., Lupín, B. y Garrido, L. (2002). El mercado interno de alimentos orgánicos: Perfil de los consumidores argentinos. Documento presentado en la XXXIII Reunión Anual de la Asociación Argentina de Economía Agraria, Ciudad de Buenos Aires, octubre. Recuperado de <http://nulan.mdp.edu.ar/1010/1/00154.pdf>
- Ross, A. y Thomas, S. (2010). The health benefits of yoga and exercise: A review of comparison studies. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 6(1), 3-12. Recuperado de <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/acm.2009.0044>.
- Savage, M. (2016). Acabar con las guerras de clase. *Nature*, 537, 475-479.
- Sémblér, C. (2006). Estratificación social y clases sociales. Una revisión analítica de los sectores medios. Serie Políticas Sociales, CEPAL. Recuperado de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6130/S0600897_es.pdf;j.
- Sequera Fernández, J. (2017). Ante una nueva civilidad urbana. Capitalismo cognitivo, habitus y gentrificación. *Revista Internacional de Sociología*, 75(1). Recuperado de <http://dx.doi.org/10.3989/ris.2017.75.1.15.31>.

- Sibilia, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*. Fondo de Cultura Económica.
- Suzuki, D. T. y Fromm, E. (2006 [1964]). *Budismo Zen y psicoanálisis*. Fondo de Cultura Económica.
- Tönnies, F. (1947 [1887]). *Comunidad y sociedad*. Tr. por J. Rovira Armengol. Losada.
- Traverso, E. (2017). Políticas de la Memoria en la era del neoliberalismo. *Aletheia*, 7(14). Recuperado de <http://aletheiaold.fahce.unlp.edu.ar/numeros/numero-14/pdfs/ConferenciaTraverso-OK.pdf>.
- Van Dijck, J. (2016). *La cultura de la conectividad. Una historia crítica de las redes sociales*. Siglo XXI.
- Verón, E. (1987). La palabra adversativa. Observaciones sobre la enunciación política. En Verón, E., Arfuch, L., Chirico, M. M., De Ipola, E., Goldman, N., González Bombal, M. I. y Landi, O. *El discurso político. Lenguajes y acontecimientos* (11-26). Hachette.
- Viotti, N. y Geddes, D. (2012). La derecha respira. *Anfibia*. Recuperado de <http://revistaanfibia.com/cronica/la-derecha-respira/>.
- Viotti, N. (2015). El affaire Ravi Shankar. Neo-hinduismo y medios de comunicación en Argentina. *Sociedad y Religión*, 25(43), 13-46.
- Viotti, N. (2018). Tu conflicto es un bajón. Alejandro Rozitchner y la cultura del entusiasmo. *Anfibia*. Recuperado de <http://revistaanfibia.com/ensayo/tu-conflicto-es-un-bajon/>.
- Viotti, N. y Felitti, K. (2016). El Cielo las hará libres. *Anfibia*. Recuperado de <http://revistaanfibia.com/ensayo/el-cielo-las-hara-libres/>.
- Viotti, N. y Funes, M. E. (2015). La política de la Nueva Era: El Arte de Vivir en Argentina. *Debates do Ner*, 6(28), 17-36.
- Viotti, N. y Semán, P. (2015). El paraíso está dentro de nosotros. La espiritualidad de la Nueva Era, ayer y hoy. *Nueva Sociedad*, 260, 81-94.
- Viotti, N. y Vargas, P. (2013). Prosperidad y espiritualismo para todos: un análisis sobre la noción de emprendedor en eventos masivos de Buenos Aires. *Horizontes Antropológicos*, 19(40), 343-364.
- Vommaro, G., Morresi, S. y Bellotti, A. (2015). *Mundo PRO. Anatomía de un partido fabricado para ganar*. Planeta.

- Vommaro, G. (2017). La centroderecha y el «cambio cultural» argentino. *Nueva Sociedad*, 270, 4-13.
- Weber, M. (2012 [1905]). *La ética protestante y el espíritu del capitalismo*. Fondo de Cultura Económica.
- Williams, R. (1980). *Marxismo y literatura*. Península.
- Wortman, A. (2007). *Construcción imaginaria de la desigualdad social*. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Wortman, A. (comp.) (2018). *Un mundo de sensaciones. Sensibilidades e imaginarios en producciones y consumos culturales argentinos del siglo XXI*. CLACSO.
- Yansen, G. y Zukerfeld, M. (2012). Una teoría de la estratificación social desde el materialismo cognitivo. Documento de Trabajo N°1. e-TCS/CCTS.
- Zafra, R. (2017). *El entusiasmo. Precariedad y trabajo creativo en la era digital*. Anagrama.
- Zooley, J. P. (2019). *Corazones estallados. La política del posthumanismo*. Compañía Naviera Ilimitada.

Artículos periodísticos en diarios y revistas (por fecha de publicación)

- Se duplicó la cantidad de gente que practica yoga en la Ciudad (2 de septiembre de 2007). *Clarín*. Recuperado de https://www.darin.com/ediciones-antiores/duplico-cantidad-gente-practica-yoga-ciudad_0_ByemyCy10Yx.html.
- Se conocieron los fundamentos del procesamiento de Macri (17 de mayo de 2010). Centro de Información Judicial. Recuperado de <https://www.cij.gov.ar/nota-4097-Se-conocieron-los-fundamentos-del-procesamiento-de-Macri.html>.
- Círculo de mujeres (16 de septiembre de 2011). *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/circulo-de-mujeres-nid1406703/>.
- Macri apuesta a la vida sana, el yoga y al budismo para combatir el estrés (25 de septiembre de 2011). *Perfil*. Recuperado de <https://www.perfil.com/noticias/politica/macri-apuesta-a-la-vida-sana-el-yoga-y-al-budismo-para-combatir-el-estres-20110925-0019.phtml>.
- Cornejo, F. (10 de mayo de 2012). La Legislatura porteña fue sede de una jornada de meditación. *Panorama Ciudad*. Recuperado de

<http://www.panoramaciudad.com.ar/2012/05/la-legislatura-portena-fue-sede-de-una.html?m=0>.

Videla, E. (24 de mayo de 2012). El arte de capacitar docentes con meditación. *Página/12*.

Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/sociedad/3-194763-2012-05-24.html>.

Organizan una meditación masiva en el Planetario (6 de septiembre de 2012). *La Nación*.

Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/buenos-aires/organizan-una-meditacion-masiva-en-el-planetario-nid1478313/>.

La derecha medita, o el boom de la espiritualidad de mercado (6 de septiembre de 2012).

Factor. Recuperado de <https://factorelblog.com/2012/09/06/la-derecha-medita-o-el-boom-de-la-espiritualidad-de-mercado/>.

El filósofo Rozitchner dicta un “Taller de Entusiasmo” para los dirigentes del PRO (13 de agosto

de 2012). *La política*. Recuperado de <https://www.lapoliticaonline.com/nota/82691-el-filosofo-rozitchner-dicta-un-taller-de-entusiasmo-para-los-dirigentes-del-pro/>.

Murillo, S. (septiembre de 2014). Aporte de la autora en la nota de tapa “La clase media en su laberinto”. *Caras y Caretas*, 53 (2298).

Pluralismo buena onda y amarillo (3 de febrero de 2015). *Perfil*. Recuperado de

<https://www.perfil.com/noticias/elobservador/pluralismo-buena-onda-y-amarillo-20150228-0066.phtml>.

Macri: “El budismo me ayudó mucho” (19 de febrero de 2015). *Diario Popular*. Recuperado de

<https://www.diariopopular.com.ar/politica/macri-el-budismo-me-ayudo-mucho-n217321>.

Historia de dos ciudades: El legado de Mauricio Macri en la CABA (10 de abril de 2015).

Periodismo Popular. Recuperado de

<https://notasperiodismopopular.com.ar/2015/04/10/macri-caba-educacion-diferencias-norte-sur/>.

“En ocho años, Macri no construyó ni un solo hospital y bajó el presupuesto para Salud”. (14 de

abril de 2015). *Telam*. Recuperado de <https://www.telam.com.ar/notas/201504/101486-lousteau-macri-salud.html>.

Santoro, S. (23 de febrero de 2015). Los mitos de la clase media. *Página/12*. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/diario/dialogos/21-266704-2015-02-23.html>.

Jueguen, F. (26 de abril de 2015). Clase media: pertenecer ya no es cuestión de ingresos. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/economia/clase-media-pertenecer-ya-no-es-cuestion-de-ingresos-nid1787505/>.

Ríos, S. (30 de mayo de 2015). Hábitos. El celular pierde su lugar en la mesa de los restaurantes. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/el-celular-pierde-su-lugar-en-la-mesa-de-los-restaurantes-nid1797118/#:~:text=%22En%20el%20restaurante%2C%20la%20idea,el%20tel%C3%A9fono%20%2Dcuenta%20Luciano%2D>.

Rozenwasser, E. (14 de junio de 2015). Comer y mirarse a los ojos, cada vez más difícil. Sacar el celular de la mesa, una misión que ahora viene con promos y descuentos. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/ciudades/celular-mesa-restoranes-descuentos-comunicacion_0_HkemAPKPml.html.

Macri trabaja con una maestra budista para alinear sus chakras. (26 de julio de 2015). *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/2015/07/26/1744192-macri-trabaja-una-maestra-budista-alinear-sus-chakras/>.

Gulman, A. (26 de julio de 2015). El camino espiritual de Macri, que se armoniza y libera sus chakras. *Big Bang News*. Recuperado de <https://www.bigbangnews.com/actualidad/el-camino-espiritual-de-macri-que-se-armoniza-y-libera-sus-chakras-2015-7-26-19-53-0>.

Mukhopadyay, N. (14 de agosto de 2015). La diplomacia del yoga. *El País*. Recuperado de https://elpais.com/internacional/2015/08/14/actualidad/1439547511_232032.html.

Fioriti, S. (28 de enero de 2016). Macri renovó su despacho y le hizo tres “limpiezas energéticas”. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/politica/macri-rosada-climatizacion_energetica_0_SJGn0pOPXe.html.

Se duplicaron en los últimos seis años los participantes de Plazas Activas (12 de junio de 2016). Buenos Aires Ciudad. Recuperado de <https://www.buenosaires.gob.ar/noticias/deportes-en-parques-y-plazas>.

Buenos Aires al diván: por qué la mayoría de los porteños va a terapia (18 de julio de 2016). *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/tendencias/2016/07/18/buenos-aires-al-divan-por-que-la-mayoria-de-los-portenos-va-a-terapia/>.

Habla la armonizadora de Macri: “Nunca saqué chapa ni es un orgullo” (4 de septiembre de 2016). *Revista Noticias*. Recuperado de <https://noticias.perfil.com/noticias/politica/2016-09-04-habla-la-armonizadora-de-macri-nunca-saque-chapa-ni-es-un-orgullo.phtml>.

Siesta tech: la moda de los spas de detox digital (30 de septiembre de 2016). *Revista Noticias*. Recuperado de <https://noticias.perfil.com/noticias/general/2016-09-30-siesta-tech-la-moda-de-los-spas-de-detox-digital.phtml>.

El yoga fue dedarado Patrimonio de la Humanidad (1 de diciembre de 2016). *Télam*. Recuperado de <https://www.telam.com.ar/notas/201612/172268-yoga-unesco-patrimonio-de-la-humanidad.html>.

La Unesco declara el yoga de la India Patrimonio Inmaterial de la humanidad (1 de diciembre de 2016). Agencia EFE. Recuperado de <https://www.efe.com/efe/espana/cultura/la-unesco-declara-el-yoga-de-india-patrimonio-inmaterial-humanidad/10005-3112983>.

Rumeau, G. (2 de diciembre de 2016). ADN PRO: retiros espirituales y consejos de Macri para que su tropa sea eficiente. *El Cronista*. Recuperado de <https://www.cronista.com/3dias/ADN-PRO-retiros-espirituales-y-consejos-de-Macri-para-que-su-tropa-sea-eficiente-20161202-0011.html>.

Debate eterno: ¿cuánto hay que ganar para ser clase media en Argentina? (3 de enero de 2017). *IProfesional*. Recuperado de <https://www.iprofesional.com/notas/243879----Debate-eterno-cuanto-hay-que-ganar-para-ser-clase-media-en-Argentina>.

De Carlos, C. (18 de febrero de 2017). Macri, entre el budismo y el psicoanálisis. *Sudamérica Hoy*. Recuperado de <http://sudamerica hoy.com/pais-argentina/macri-budismo-psicoanalisis/>.

Editorial II. Hogares unipersonales. (6 de julio de 2017). *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/opinion/hogares-unipersonales-nid2040048/>.

- Masoero, H. (19 de septiembre de 2017). La educación en el siglo XXI. Hay que formar innovadores. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/opinion/hay-que-formar-innovadores-nid2064193/>.
- Dossier “La clase media en tiempos de Macri” (septiembre de 2017). *Le Monde Diplomatique*. Recuperado de <https://www.eldiplo.org/category/219-la-clase-media-en-tiempos-de-macri/>.
- Suárez, M. (23 de septiembre de 2017). El manual de “control de la ira” de Macri llega a los estatales. *Tiempo Argentino*. Recuperado de <https://www.tiempoar.com.ar/nota/el-manual-de-control-de-la-ira-de-macri-llega-a-los-estatales>.
- Aleman, C. (28 de septiembre de 2017). Intencioná: proyectá tus objetivos con claridad para que se cumplan. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/intenciona-proyecta-tus-objetivos-con-claridad-para-que-se-cumplan-nid2066285/>.
- Marcó del Pont, T. (5 de octubre de 2017). Instalan una cabina anti estrés en una plaza de Palermo: adentro hay perros y gatos que ayudan a la gente a relajarse. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/buenos-aires/instalan-una-cabina-anti-estres-en-una-plaza-de-palermo-adentro-hay-perros-y-gatos-que-ayudan-a-la-gente-a-relajarse-nid2069552/>.
- Corsalini, C. (7 de octubre de 2017). Polémica por la cabina ‘antiestrés’ con perros y gatos en una plaza de Palermo. *Perfil*. Recuperado de <https://www.perfil.com/noticias/sociedad/polemica-por-la-cabina-antiestres-con-perros-y-gatos-en-una-plaza-de-palermo.phtml>.
- Reynoso, M. (7 de diciembre de 2017). Meditación científica: qué es y para qué sirve. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/buena-vida/meditacion-cientifica-sirve_0Sk0syEI-f.html.
- Naishtat, S. (6 de febrero de 2018). La “armonizadora” de Macri y su rol en la decisión de sostener a Triaca. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/politica/armonizadora-macri-rol-decision-sostener-triaca_0BkjFy0vIM.html.

Gobierno budista: Macri habría decidido mantener a Triaca por consejo de su armonizadora (7 de febrero de 2018). *Minuto uno*. Recuperado de <https://www.minutouno.com/notas/3060702-gobierno-budista-macri-habria-decenido-mantener-triaca-consejo-su-armonizadora>.

Macri ya está en Chapadmalal para iniciar “retiro espiritual” con el Gabinete. (15 de febrero de 2018). *Ámbito*. Recuperado de <https://www.ambito.com/politica/macri-ya-esta-chapadmalal-iniciar-retiro-espiritual-el-gabinete-n4012497>.

Villarreal, G. (15 de febrero de 2018). Mauricio Macri en Chapadmalal: ya arrancó el “retiro espiritual” del Gabinete. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/politica/mauricio-macri-llego-chapadmalal-arranco-retiro-espiritual-gabinete_0_r1gLjYQDz.html.

Oliveto, G. (19 de febrero de 2018). La utopía de una masiva clase media argentina. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/economia/la-utopia-de-una-masiva-clase-media-argentina-nid2110332/>.

Himitian, E. (6 de mayo de 2018). Budismo: la religión que promueve la felicidad atrae cada vez más a los porteños. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/sociedad/budismo-la-religion-que-promueve-la-felicidad-atrae-cada-vez-mas-a-los-portenos-nid2131947>.

Cuánto se debe ganar para ser clase media: así es hoy la pirámide de ingresos? (28 de mayo de 2018). *IProfesional*. Recuperado de <https://www.iprofesional.com/notas/268991-ventas-clase-media-consumo-alimentos-precios-empresa-consultora-crisis-demanda-ingresos-pobreza-consumidor-ingreso-actividad-medida-ganar-guillermo-oliveto-otros-Cuanto-hay-que-ganar-para-ser-clase-media-asi-es-hoy-la-piramide-de-ingresos>.

Fahsbender, F. (29 de julio de 2018). La historia del “Osho argentino”, el gurú de Mar del Plata preso por violar y esclavizar a su familia y sus fieles. *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/sociedad/policiales/2018/07/29/la-historia-del-osho-argentino-el-guru-de-mar-del-plata-presos-por-violar-y-esclavizar-a-su-familia-y-sus-fieles/#:~:text=Hab%C3%ADa%20nacido%20en%20Buenos%20Aires,estudio%20en%20la%20calle%20Viamonte>.

Salusso, R. (29 de agosto de 2018). Totalmente descreída, fui a un viaje espiritual y tuve una gran revelación. *La Nación*. Recuperado de <http://lanacion.com.ar/lifestyle/totalmente-descreida-fui-a-un-viaje-espiritual-y-tuve-una-gran-revelacion-nid2144227>.

Desde Madonna hasta Chris Martin: llega a la Argentina el maestro de yoga de las celebridades (15 de noviembre de 2018). *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/tendencias/2018/11/15/desde-madonna-hasta-chris-martin-llega-a-la-argentina-el-maestro-de-yoga-de-las-celebridades/>.

Un encuentro de yoga para combatir la tensión por el foro global (26 de noviembre de 2018). *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/politica/sin-titulo-nid2196267>.

El primer ministro de la India encabeza un encuentro masivo de yoga y meditación en la previa del G20 (26 de noviembre de 2018). *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/buena-vida/encuentro-yoga-meditacion-antesala-gran-cumbre-g20_0_79fuNYn7a.html.

Reina, L. (8 de diciembre de 2018). Astrólogos: los nuevos gurús de la generación millennial. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/astrologos-nuevos-gurus-generacion-millennial-nid2200350>.

Aprender a respirar hacinados (14 de diciembre de 2018). *Página/12*. Recuperado de <https://www.pagina12.com.ar/162151-aprender-a-respirar-hacinados>.

Fahsbender, F. (24 de diciembre de 2018). Los estudios de ADN confirmaron que el primer gurú argentino del yoga denunciado por violación tuvo una nieta con su propia hija. *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/sociedad/policiales/2018/12/24/los-estudios-de-adn-confirmaron-que-el-primer-guru-argentino-del-yoga-denunciado-por-violacion-tuvo-una-nieta-con-su-propia-hija/#:~:text=infobae-,Los%20estudios%20de%20ADN%20confirmaron%20que%20el%20primer%20gur%C3%BA%20argentino,nieta%20con%20su%20propia%20hija&text=Eduardo%20de%20Dios%20Nicosia%20con,comienzos%20de%20los%20a%C3%B1os%2090>.

Struminger, B. (27 de diciembre de 2018). Los intelectuales de Mauricio Macri: De la psicología positiva a la robótica y la inteligencia artificial. *La Nación*. Recuperado de

<https://www.lanacion.com.ar/politica/los-intelectuales-mauricio-macri-psicologia-positiva-robotica-nid2193628>.

El 71% de los porteños dice que separa la basura pero muchos advierten que faltan contenedores verdes (24 de marzo de 2019). *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/ciudades/71-portenos-dice-separa-basura-advienten-faltan-contenedores-verdes_0_A5-EBsgD7.html#:~:text=La%20mayor%C3%ADa%20de%20los%20porte%C3%B1os,suficientes%20contenedores%20verdes%20para%20depositarlos.&text=Es%20decir%20que%20un%2071,forma%20parte%20de%20su%20rutina.

Baños de sonido: la última tendencia en bienestar para personas con agendas recargadas (24 de abril de 2019). *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/parati/estar-mejor/2019/04/24/banos-de-sonido-la-ultima-tendencia-en-bienestar-para-personas-con-agendas-recargadas/>.

Roberts, Michael (19 de mayo de 2019). India: another China or another Brazil? *Michael Roberts Blog*. Recuperado de <https://thenextrecession.wordpress.com/2019/05/19/india-another-china-or-another-brazil/>

Viotti, N. (31 de mayo de 2019). Meditación sin marco religioso. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/revista-enie/ideas/meditacion-marco-religioso_0_bWoQaWnTc.html.

Maslaton, C. (31 de mayo de 2019). Mindfulness. Recetas contra el estrés espiritual. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/revista-enie/ideas/mindfulness-recetas-estres-espiritual_0_ERuhpnMya.html.

Grosz, M. (20 de junio de 2019). Dietéticas en auge: ganan 4 mil clientes por día y ya compra allí un tercio de la población. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/sociedad/dieteticas-auge-ganan-mil-clientes-dia-compra-tercio-poblacion_0_a-vU-un-W.html.

Ini, N. (26 de octubre de 2019). Alimentación sana: las dietéticas se reinventan. *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/alimentacion-sana-dieteticas-se-reinventan-nid2300620>.

Jericó, P. (4 de noviembre de 2019). Seis indicadores del verdadero éxito (y uno de ellos te sorprenderá). *El País*. Recuperado de [https://elpais.com/elpais/2019/11/04/laboratorio de felicidad/1572876699_568435.html](https://elpais.com/elpais/2019/11/04/laboratorio-de-felicidad/1572876699_568435.html).

Gualano, C. (24 de noviembre de 2019). En algo hay que creer. La astrología y las “energías”, ¿el boom de creencias que viene a reemplazar a las tradicionales? *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/entremujeres/astrologia/astrologia-energias-boom-creencias-viene-reemplazar-tradicionales-0_pidfuXaY.html.

Carta documento: qué pasó entre Mónica Katz y la periodista Soledad Barruti (17 de enero de 2020). *La Nación*. Recuperado de <https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/carta-documento-que-paso-monica-katz-periodista-nid2324951>.

Roffo, J. (17 de enero de 2020). Polémica entre dos referentes de la alimentación: la médica Mónica Katz le mandó una carta documento a la periodista Soledad Barruti. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/sociedad/polemica-referentes-alimentacion-medica-monica-katz-mando-carta-documento-periodista-soledad-barruti-0_aEK6dUfM.html.

Cohn, B. (4 de abril de 2020). Coronavirus: qué recomienda la ciencia Ayurveda para fortalecer el sistema inmunológico durante la cuarentena. *Clarín*. Recuperado de https://www.clarin.com/buena-vida/coronavirus-recomienda-ciencia-ayurveda-fortalecer-sistema-inmunologico-cuarentena-0_x3AvPbVm1.html.

Marantos, J. (1 de junio de 2020). Por qué las ventas de plantas aumentan, incluso en viveros cerrados por el coronavirus. *Los Angeles Times*. Recuperado de <https://www.latimes.com/espanol/vida-y-estilo/articulo/2020-06-01/por-que-las-ventas-de-plantas-aumentan-incluso-en-viveros-cerrados-por-el-coronavirus>.

Crece venta de plantas para interiores durante la pandemia (16 de agosto de 2020). *Infobae*. Recuperado de <https://www.infobae.com/america/agencias/2020/08/16/crece-venta-de-plantas-para-interiores-durante-la-pandemia/>.

Ventas de plantas de interiores permite a viveros superar efectos de pandemia (4 de octubre de 2020). *Gestión*. Recuperado de <https://gestion.pe/economia/empresas/ventas-de-plantas-de-interiores-permiten-a-viveros-superar-efectos-de-pandemia-ncze-noticia/>.

Páginas Webs

ayush.gov.in

dafneschilling.com

deepakchoprameditation.es

fundacioncolumbia.org/

gaia.com

relajemos.com

yogaparaempresas.com.ar

Instagram

@lacialurivero

@leandrotaub

@leomasliah

@modoespiritual

@mia_astral

@transfemiastros

Videos

Lanzamiento de “Estaciones saludables”, Buenos Aires, julio de 2012:
youtube.com/watch?v=Dn9RXsN_vw0

Macri en la inauguración de encuentro de espiritualidad FeVida, Buenos Aires, septiembre de 2012: youtube.com/watch?v=BNXQi4o_p7E

Sri Sri Ravi Shankar en el encuentro de espiritualidad FeVida, Buenos Aires, septiembre de 2012:
youtube.com/watch?v=wg1B7DMqaHQ

Federico Sturzenegger durante una conferencia dictada en abril de 2014 en la Universidad de Columbia de los Estados Unidos: <https://www.youtube.com/watch?v=25303ff0Dio>.

Canal Youtube de Mauricio Macri: “En la casa de Mariana y Ariel de Avellaneda hablamos sobre la positividad y los textos budistas”, junio de 2015: [youtube.com/watch?v=5PgiOWKlqxU](https://www.youtube.com/watch?v=5PgiOWKlqxU)

Audio

Macri en entrevista radial con la periodista Magdalena Ruiz Guiñazú, julio de 2015: [youtube.com/watch?v=N-6V8ytSSjc](https://www.youtube.com/watch?v=N-6V8ytSSjc)

Anexo metodológico

Tabla de entrevistas coincidentales a participantes de la jornada “América Medita” del año 2015

Sexo¹	Edad
Mujer	25 años
Mujer	25 años
Mujer	25 años
Mujer	50 años
Mujer	46 años
Mujer	38 años
Mujer	39 años
Mujer	39 años
Mujer	50 años
Mujer	43 años
Mujer	21 años
Mujer	60 años
Mujer	49 años
Mujer	47 años
Mujer	61 años
Mujer	46 años
Mujer	51 años
Mujer	25 años
Mujer	35 años
Mujer	28 años
Mujer	55 años
Hombre	47 años
Hombre	54 años
Hombre	40 años
Hombre	21 años
Hombre	33 años
Hombre	38 años
Hombre	41 años
Hombre	37 años
Hombre	47 años
Hombre	s/d
Hombre	38 años

¹ Se indica dicha variable debido a que en el marco de las entrevistas no se indagó acerca de la identidad de género autopercebida.

Tabla de entrevistas en profundidad realizadas entre 2017 y 2020

Entrevistado/a	Edad	Año
Instructora de yoga. <i>Instagrammer</i>	29 años	2017
Instructora de meditación y respiración. Coordinadora de El Arte de Vivir Latinoamérica	62 años	2017
Instructora de yoga, eutonía y bioenergética	67 años	2017
Instructora de yoga	52 años	2017
Practicante de yoga, mujer	60 años	2018
Practicante de yoga, hombre	35 años	2018
Practicante de yoga, mujer	33 años	2018
Instructor de yoga	46 años	2018
Practicante de yoga e instructora de bioenergética	30 años	2018
Practicante de yoga e instructora de bioenergética	36 años	2018
Instructora de bioenergética	39 años	2018
Instructora de yoga	42 años	2018
Organizador de ceremonias de ayahuasca, estudiante de astrología y de terapia bioenergética	50 años	2018
Practicante de yoga, mujer II	33 años	2018
Practicante de yoga, hombre	34 años	2018
Instructora de yoga	33 años	2018
Instructora de bioenergética y practicante de yoga	34 años	2018
Instructor de bioenergética	34 años	2019
Practicante de yoga, mujer	41 años	2019
Director de la Fundación Indra Devi	68 años	2020

Tablas resumen. Identidad de género y franja etaria de residentes en Ciudad Autónoma de Buenos Aires que practican o practicaron yoga como actividad regular encuestados/as en julio de 2020. (Total: 195 casos)

Identidad de género	Cantidad de respuestas
Mujer	154
Hombre	41

Franja etaria	Cantidad de respuestas
13 a 17 años	0
18 a 27 años	16
28 a 40 años	76
41 a 60 años	81
61 a 79 años	22
80 años y más	0

Instrumentos de recolección de información

A. Guía de entrevista coincidental a participantes de la jornada “América Medita” del año 2015

¿Meditás habitualmente? ¿Con qué frecuencia meditás?

¿Por qué meditás?

¿Por qué estás acá?

¿En qué te parece que se asemejan y en qué se diferencian el modo de relacionarnos que promueve la meditación y el modo de relacionarnos que se da en la calle día a día?

¿Qué rescatás de la práctica de meditar?

¿Cómo explicás desde tu punto de vista la masividad que adquirió la práctica de meditar en los últimos años? ¿A qué se debe? ¿A qué necesidades responde?

¿Te parece las prácticas vinculadas a lo espiritual se manifiestan, se encuentran por igual todas las clases sociales? ¿Te parece que se medita por igual en todas las clases sociales?

B. Guía de entrevista semiestructurada a practicantes de yoga, meditación, respiración

Fecha: _____

Lugar de residencia: _____

Contexto de producción de la entrevista: (situación previa/durante y posterior a la entrevista)

Utilizar el reverso de la hoja para anotar estos comentarios. Colocar este recuadro en el documento con la desgrabación de la entrevista.

OBSERVACIONES GENERALES

Como **criterio general de indagación**, tener presente que la entrevista busca profundizar sobre diversos ejes de la investigación: (i) Elementos, situaciones, sensaciones que propician el acercamiento a estilos de vida vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era. Necesidades, búsquedas que encuentran respuesta en estos espacios. ¿Cuál es su sentido? (ii) Fenómenos afines y sincrónicos como la alimentación saludable, las prácticas desintoxicantes, la astrología, etc. (iii) Ideas y valores que rescatan (y se proponen hacer propios) de las prácticas espirituales. (iv) Sus grupos de pertenencia (virtuales y materiales), consumos culturales y estilo de vida. (v) Sus opiniones y representaciones acerca de la política, la acción colectiva, las relaciones sociales contemporáneas.

Introducción

¿Cuál es tu edad?

¿Tu estado civil?

¿Con quién vivís? Según el caso, indagar en torno a elecciones referidas a la convivencia y la fecundidad. Por ejemplo: ¿Querés tener hijos/as? ¿Querés tener más hijos/as?

¿A qué te dedicás?

¿Tenés alguna religión de origen? ¿Cómo te vinculás con ella? Según corresponda, ¿cómo explicás tu distanciamiento de/tu continuidad en aquella religión?

1. Elementos, situaciones, sensaciones que propician el acercamiento a estilos de vida vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era. Necesidades, búsquedas que encuentran respuesta en estos espacios. ¿Cuál es su sentido?

¿Qué prácticas, hábitos te conectan con lo espiritual? ¿Hacés yoga? ¿Meditás? ¿Cómo es tu dieta? ¿Realizás o realizaste algún tipo de terapia? *(Si surgiera, indagar en relación con el psicoanálisis y las terapias alternativas en boga: ¿en qué se diferencian? ¿Por qué hoy elige una y no la otra?)*

¿Qué necesidades y/o búsquedas impulsaron tu recorrido en relación con lo espiritual?

¿Por qué te parece que prácticas como el yoga o la meditación se han extendido en los últimos 15 años en la ciudad de Buenos Aires?

¿Qué es para vos el desarrollo interior? ¿Cómo se expresa?

¿Cómo proponen las prácticas espirituales que nos relacionemos con el otro en lo cotidiano?

¿Desde qué posturas, gestos, emociones? ¿En qué diverge dicha propuesta de los modos imperantes de relacionarnos día a día? *(Personal y virtualmente.)*

¿Qué ideas y valores rescatás (y te proponen adoptar) de las prácticas espirituales que realizás o realizaste?

2. Grupos de pertenencia, consumo y estilo de vida

¿Te sentís parte de algún colectivo? *(Para ver: grupos de pertenencia virtuales y materiales.)*

¿Hay alguna causa que te conmueva/movilice? ¿Alguna con la que estés involucrado?

Si tuvieses que definirte a vos mismo/a nombrando 4 o 5 aspectos, dirías que vos sos... *(por ejemplo, abogado/a, padre/madre, hermano/a, hinchado de X.)*

¿Cómo pasás tus momentos de ocio? ¿Qué hacés los fines de semana?

¿Cuáles son tus formas habituales de entretenimiento?

¿Qué ves en la televisión?

¿Te informás habitualmente? ¿Cómo?

¿Viajaste el último año? ¿Adónde?

¿Estás leyendo algo? ¿Qué fue lo último que leíste?

¿Te hiciste o te harías una cirugía estética?

¿Cómo te vinculás con las redes sociales? ¿Cuáles usás? ¿Desde qué dispositivo? ¿En qué lugares? ¿En qué horarios más y en cuáles menos?

3. Opiniones y representaciones acerca de la política y las relaciones sociales contemporáneas

Actualmente, ¿cuáles son los principales problemas de nuestro país?

¿Qué cosas te preocupan a nivel internacional?

¿Qué personaje nacional o internacional evaluás positivamente?

¿Qué personaje nacional o internacional evaluás negativamente?

¿Hay algún movimiento social que te despierte admiración? ¿Alguno por el que sientas rechazo?

¿Por qué? *(Si no surgiera, indagar en relación con la acción colectiva.)*

¿Qué pensás de la política? ¿Qué lugar ocupa la política en tu vida?

¿Qué valores o modalidades de tus prácticas espirituales enriquecerían la política? Al respecto, ¿te parece que estamos igual, mejor o peor en el actual gobierno con relación al anterior? *(Si no surgiera, indagar en relación con las percepciones acerca del binomio formas-contenidos. ¿Qué debe ser un presidente?)*

¿Se puede hacer una política más espiritual? ¿Qué sería? ¿Cuáles serían los principales puntos de la agenda de un gobierno que ejerza la política con espiritualidad?

¿Cuál/es es/son el/los derecho/s más importante para vos, al que nunca se debería renunciar? *(Para ver: derechos sociales y derechos civiles.)*

¿Qué te gusta y qué te disgusta del modo en que nos vinculamos día a día con los/as otros/as, en comparación con lo que ocurría hace 30, 40 o 50 años? *(Indagar en torno a las relaciones sociales virtuales.)*

C. Guía de entrevista semiestructurada a instructor/a de yoga, meditación, bioenergética

Fecha: _____

Lugar de residencia: _____

Contexto de producción de la entrevista: (situación previa/durante y posterior a la entrevista)

Utilizar el reverso de la hoja para anotar estos comentarios. Colocar este recuadro en el documento con la desgrabación de la entrevista.

OBSERVACIONES GENERALES

Como **criterio general de indagación**, tener presente que la entrevista busca profundizar sobre diversos ejes de la investigación: (i) Elementos, situaciones, sensaciones que propician el acercamiento a estilos de vida vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era. Necesidades, búsquedas que encuentran respuesta en estos espacios ¿Cuál es su sentido? Su recorrido como instructores/as (astrólogo/a o terapeuta): ¿Reconocen un mayor interés por estas prácticas? ¿Cuándo lo ubicarían? ¿Con qué lo asocian a nivel local o global? Percepciones acerca de quienes se acercan a su espacio: ¿Qué vienen a buscar? ¿Los/as hay de todas las clases sociales? (ii) Fenómenos afines y sincrónicos como la alimentación saludable, las prácticas desintoxicantes, la astrología, etc. (iii) Ideas y valores que rescatan (y se proponen hacer propios) de las prácticas espirituales. Lo que se proponen transmitir. (iv) Sus grupos de pertenencia (virtuales y materiales), consumos culturales y estilo de vida. (v) Sus opiniones y representaciones acerca de la política, la acción colectiva, las relaciones sociales contemporáneas.

Introducción

¿Cuál es tu edad?

¿Tu estado civil?

¿Con quién vivís? Según el caso, indagar en torno a elecciones referidas a la convivencia y la fecundidad. Por ejemplo: ¿Querés tener hijos/as? ¿Querés tener más hijos/as?

¿A qué te dedicás?

¿Tenés alguna religión de origen? ¿Cómo te vinculás con ella? Según corresponda, ¿cómo explicás tu distanciamiento de/tu continuidad en aquella religión?

4. Elementos, situaciones, sensaciones que propician el acercamiento a estilos de vida vinculados con la espiritualidad estilo Nueva Era. Necesidades, búsquedas que encuentran respuesta en estos espacios, ¿cuál es su sentido?

¿Qué otras prácticas, hábitos te conectan con lo espiritual? ¿Hacés yoga? ¿Meditás? ¿Cómo es tu dieta? ¿Realizás o realizaste algún tipo de terapia? *(Si surgiera, indagar en relación con el psicoanálisis y las terapias alternativas en boga: ¿en qué se diferencian? ¿Por qué hoy elige una y no la otra?)*

¿Qué necesidades y/o búsquedas impulsaron tu recorrido en relación con lo espiritual?

¿Siempre trabajaste de esto? ¿Cómo llegaste a ser instructor/a?

¿Reconocés un mayor interés por esta práctica en los últimos años? ¿Cuándo lo ubicarías temporalmente? ¿Con qué lo asocias a nivel local o global?

¿Qué vienen a buscar quienes se acercan a tu espacio?

¿Los/as hay de todas las clases sociales? ¿Cómo los describirías? ¿Identificás rasgos comunes?

¿Qué ideas y valores te proponés transmitirles?

¿Qué es para vos el desarrollo interior? ¿Cómo se expresa?

¿Cómo proponen las prácticas espirituales que nos relacionemos con el otro en lo cotidiano?

¿Desde qué posturas, gestos, emociones? ¿En qué diverge dicha propuesta de los modos imperantes de relacionarnos día a día? *(Personal y virtualmente.)*

5. Grupos de pertenencia, consumo y estilo de vida

¿Te sentís parte de algún colectivo? *(Para ver: grupos de pertenencia virtuales y materiales.)*

¿Hay alguna causa que te conmueva/ movilice? ¿Alguna con la que estés involucrado/a?

Si tuvieses que definirte a vos mismo/a nombrando 4 o 5 aspectos dirías que vos sos *(Por ejemplo, abogado/a, padre/madre, hermano/a, hincha de X)*

¿Cómo pasás tus momentos de ocio? ¿Qué hacés los fines de semana?

¿Cuáles son tus formas habituales de entretenimiento?

¿Qué ves en la televisión?

¿Te informás habitualmente? ¿Cómo?

¿Viajaste el último año? ¿Adónde?

¿Estás leyendo algo? ¿Qué fue lo último que leíste?

¿Te hiciste o te harías una cirugía estética?

¿Cómo te vinculás con las redes sociales? ¿Cuáles usás? ¿Desde qué dispositivo? ¿En qué lugares? ¿En qué horarios más y en cuáles menos?

6. Opiniones y representaciones acerca de la política y las relaciones sociales contemporáneas

Actualmente, ¿cuáles son los principales problemas de nuestro país?

¿Qué cosas te preocupan a nivel internacional?

¿Qué personaje nacional o internacional evaluás positivamente?

¿Qué personaje nacional o internacional evaluás negativamente?

¿Hay algún movimiento social que te despierte admiración? ¿Alguno por el que sientas rechazo?

¿Por qué? *(Si no surgiera, indagar en relación con la acción colectiva.)*

¿Qué pensás de la política? ¿Qué lugar ocupa la política en tu vida?

¿Qué valores o modalidades de tus prácticas espirituales enriquecerían la política? Al respecto, ¿te parece que estamos igual, mejor o peor en el actual gobierno con relación al anterior? *(Si no surgiera, indagar en relación con las percepciones acerca del binomio formas-contenidos. ¿Qué debe ser un presidente?)*

¿Se puede hacer una política más espiritual? ¿Qué sería? ¿Cuáles serían los principales puntos de la agenda de un gobierno que ejerza la política con espiritualidad?

¿Cuál/es es/son el/los derecho/s más importante para vos, al que nunca se debería renunciar?

(Para ver: derechos sociales y derechos civiles.)

¿Qué te gusta y qué te disgusta del modo en que nos vinculamos día a día con los/as otros/as, en comparación con lo que ocurría hace 30, 40 o 50 años? *(Indagar en torno a las relaciones sociales virtuales.)*

D. Encuesta realizada en julio de 2020 a residentes de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires que practican o practicaron yoga como actividad regular

1. Edad

- 13 a 17 años
- 18 a 27 años
- 28 a 40 años
- 41 a 60 años
- 61 a 79 años
- 80 años y más

2. Nivel educativo alcanzado

- Secundario incompleto
- Secundario completo
- Superior incompleto
- Superior completo
- Posgrado incompleto
- Posgrado completo

3. Identidad de género

- Mujer
- Hombre
- Otro

4. ¿Cuál es la razón principal por la que hiciste o hacés yoga?

- Seguir las prácticas y rituales del budismo o del hinduismo.
- Salud y bienestar físico, tratamiento de alguna lesión o afección.
- Un poco de paz. Poner un freno ante el exceso de responsabilidades y la vorágine urbana.

- Detener los pensamientos y conectar con el sentir.
- Otro.

5. ¿Qué premisa o valor rescatás más de la práctica?

- Estar bien con uno/a mismo/a es fundamental para estar bien con los/as demás.
- Es posible transformar la realidad que se nos presenta.
- Lo único que existe es el presente. Toda la vida es ahora.
- Todo es perfecto. Soltar y aceptar lo que sucede.
- Siempre es posible autosuperarse.
- Una intención clara y afirmativa permite alcanzar lo que se desea.
- Otro.