

Què significa pensar en acció?

RAÚL SÁNCHEZ GARCÍA

Professor de Sociologia de l'Esport
Universidad Europea de Madrid

Autor per a la correspondència

Raúl Sánchez García
raul.sanchez@uem.es

Resum

En aquest article es realitza una anàlisi sobre el pensament pràctic o en acció, pròpia del que són les activitats físicoesportives. La diferenciació d'un pensament teòric –entès en la nostra tradició cultural com a pensament únic i verdader– d'un de pràctic prové no de la materialitat de l'activitat (si és física o mental) sinó de la urgència temporal implicada. Aquesta, en el cas de les interaccions motrius, impedeix concebre cada acció com a resposta efectiva a una verbalització mental prèvia. Al contrari, cada una d'elles s'ha d'entendre com a manifestació del complex percepció-acció, part conscient i intencional de l'individu, que es relaciona en la immediata amb un rerefons d'intencionalitat. Això tindrà profundes implicacions en el tractament de qüestions com l'aprenentatge, la creació i innovació de patrons motors o la relació tècnica-tàctica-estratègia.

Paraules clau

Pensament teòric; Pensament pràctic; Rerefons; Intencionalitat.

Abstract

What Does Thinking in Action Mean?

This article analyses practical thought or thinking in action, which are characteristic of physical-sporting activities. The differentiation of a theoretical thought -understood in our cultural tradition as the only and true thought - from a practical one, does not come from the kind of the activity (whether it's physical or mental) but from the time urgency implied. The latter, in the case of motor interactions, prevents us from conceiving each action as an effective response to a previous mental verbalization. On the contrary, each of them must be understood as a manifestation of the perception-action complex, the conscious and intentional part of the individual that immediately relates with an intentional backdrop. This is going to have deep implications in the treatment of issues such as learning, creation and innovation of motor patterns, or the relationship between technique, tactic and strategy.

Key words

Theoretical thought; Practical thought; Background; Intentionality.

Introducció

El 18 d'abril de 2007, en el transcurs del partit Barcelona-Getafe, el jugador Leo Messi va marcar un d'aquests gols considerats com a antològics, d'un altre món, quelcom només a l'abast dels genis. De fet, la jugada va ser gairebé calçada a la realitzada en el gol aconseguit per Diego Armando Maradona fa més de 20 anys en els Mundials de Mèxic. En ambdós casos, els jugadors reben la pilota a prop del mig camp i mitjançant un perfecte control i maneig de la pilota, van desfent-se de tots els contraris que els surten al pas, incloent un driblatge final al porter que acaba amb la pilota dins la xarxa. La gent no pot creure el que acaba de veure. Després del partit, els comentaristes assetgen el jugador i a la pregunta d'un d'ells: "Què pensaves en aquells moments?, creies que

anaves a fer el gol de Maradona?", Messi simplement respon: "No, no. En aquells moments només pensava en anar endavant, endavant... veia buit, així que vaig continuar cap al gol."

Què vol dir el jugador quan afirma que tan sols "pensava en anar endavant" i que anava avançant cap a la meta?, era aquesta frase que apareixia al seu cap (si tan sols apareixia verbalitzada) l'únic que pot denominar-se pensament? què feia, doncs, mentre avançava amb la pilota esquivant un abundant nombre de contraris?, actuar de forma automàtica, potser com un somnàmbul?

En aquesta seqüència podem observar totes les complicacions a què ens enfrontem a l'hora de provar d'explicar alguns aspectes de les activitats físicoesportives, com per exemple, les conernents al pensament, mitjançant una

sèrie de concepcions culturalment heretades en el nostre marc de referència occidental que més que ajudar, més aviat en dificulten l'anàlisi. Aquest article pretén posar sobre la taula precisament aquestes preconcepcions basades en una sèrie de parells oposats en els quals allò corporal i allò físic, la pràctica, allò inconscient, allò automàtic apareixen com a pols negatius davant allò mental, allò objectiu, allò teòric, allò conscient i allò voluntari. Aquesta base dualista sobre la qual es fonamenten els pilars del nostre coneixement, tant el científic com el de sentit comú, impedeix precisament una bona adequació cap allò que considero que és un dels més importants, sinó el fonamental, objecte d'estudi de les ciències de l'activitat física i de l'esport: el tipus de racionalitat pràctica que es dona en tota la sèrie

d'activitats corporals incloses en patrons o cursos d'acció.

La tardana incorporació dels nostres estudis als plans generals d'educació superior, així com una molt peculiar i restringida concepció d'allò físic que s'hi contenen –tractant el cos com a objecte en les ciències mèdiques-naturals i socials o fins i tot desapareixent en les propostes epistemològiques que se suposen més avançades tals com la praxeologia¹ atenen a aquesta mateixa lògica a què ens estàvem referint, la qual amenaça de continuar impedit un avenç significatiu en el nostre àmbit. La necessitat d'acceptació dins del món acadèmic ens ha fet i ens fa provar de continuar l'estela de certs models considerats amb més pedigrí científic –els més propers a la matemàtica o la física– però que contenen per si mateixos limitacions i contradiccions insalvables per a alguns àmbits del nostre camp. Mentre no sapiguem què és allò veritablement diferencial de l'activitat humana en aquestes pràctiques corporals no estarem en disposició de reclamar una àrea de coneixement pròpia i autònoma per al que en l'actualitat es concep com a conglomerat de ciències de l'activitat física i l'esport.

Doncs bé, aquest article pretén obrir un debat sobre la que considero la pregunta fonamental en els nostres estudis: què significa pensar en acció? Mitjançant una sèrie de passos successius, anirem analitzant i desgranant cada un dels parells oposats que actuen com a limitació per a la resposta a tal pregunta fet que,

a més, ens permetrà endinsar-nos amb nous ulls en tota una sèrie de qüestions relacionades, tals com l'aprenentatge, la creació i la innovació motrius o la relació existent entre la tècnica, la tàctica i l'estratègia.

Ment-cos

Podríem dir que és aquesta la dualitat bàsica o matriu sobre la qual es basen totes les altres i que apareix com a fonament visible i encara rector de la nostra visió occidental.² La recepció d'un platonisme cristianitzat i un cartesianisme radical com a fonament del nostre saber científic i acerb cultural (Turner 1984, García Selgas 1994, Shilling 1993, Maguire 1993) ens han llegat una concepció d'allò corporal com a objecte passiu i receptor o contenidor d'"alguna cosa més", considerat allò veritablement important i que ens constitueix com a éssers humans, ja sigui la ment, la intel·ligència, l'esperit o la voluntat. Tal com mostra María Julia Carozzi (2005), aquesta concepció és especialment acusada dins de l'àmbit acadèmic, garant màxim d'aquesta objectivitat científica i generador d'unes veritats –científiques– atemporals, màxim exponent de l'ideal del discurs sense situació, sense corporeïtat, consciència pura i eterna.

El descobriment del cos dins de la ciència, no com a objecte passiu d'estudi –a l'estil de les ciències mèdiques–, sinó com a fonament del discurs situat d'uns

agents socials (fins i tot dels investigadors socials) va haver de venir de la mà d'una sèrie de disciplines que van trigar bastant més que les considerades formals (lògica, matemàtiques) i naturals (física, medicina) en obtenir l'etiqueta de científiques: les ciències socials o humanes, l'enfocament de les quals va topades del principi frontalment en alguns punts contra les primeres.³ En un primer moment, aquesta circumstància no ajuda al tractament d'allò corporal des de la ciència social: la necessitat d'aquesta de guanyar distància respecte de les ciències naturals va fer rebutjar qualsevol aproximació sociològica basada en fets que s'apropés a allò biològic. L'estret enfocament que va pretendre la sociobiologia no va ajudar en absolut a evitar aquest rebuig, més aviat el va accentuar (Turner 1984). La recuperació d'allò corporal des de les ciències socials es va produir sobretot des de la segona meitat del segle xx.⁴ Com afirma Turner (1992), les principals causes van ser la crítica postmoderna de les grans narratives, la politització del cos (a causa, sobretot, de la teoria feminista sobre la biologia, el sexe i el gènere) i la feminització de la vida (una cosa que Turner no explica com a tal). Tot això ha de ser entès en el marc de desenvolupament (i) d'un sistema capitalista on la importància del consum, especialment durant tot el segle xx, agafa cada vegada més importància i en el qual el cos sembla convertir-se en mercaderia (Featherstone, 1982) el

¹ La importància d'aquesta disciplina praxeològica crec que es fonamenta més a la impulsió d'un debat seriós sobre la necessitat de recerca d'objecte per a les ciències de l'activitat física i de l'esport que a les solucions que propugna. Considero que es continua fent suport en els parells dualistes a què ens referim en aquest article i que allò propi de l'activitat, l'acció i allò corporal desapareixen en un tipus d'anàlisi distanciada, teòrica i atemporal i, per tant, inadequada o incompleta per més que autors com Lagardera i Lavega (2003) creguin injustificades i malintencionades les crítiques que sobre aquesta disciplina es realitzen en referència a la desaparició d'allò corporal i de l'agència dels actors. A causa dels límits espacials d'aquest article hem de deixar per a una altra ocasió la discussió sobre el grau de pertinença de la praxeologia.

² Per a una anàlisi sobre la concepció oriental de superació de la relació dualista ment-cos com a base de tot un entramat metafísic i epistemològic diferent al nostre, vegeu Ozawa-De Silva (2002).

³ Així, per exemple, la introducció de la historicitat, la temporalitat en el que es consideraven veritats eternes o l'intent de concepció i comprensió dels actors humans com a una cosa diferent a parts o àtoms dins d'unes estructures invariables. A tall de rèplica, els partidaris de les metodologies naturals titllaven de simple política o pseudociència a aquestes formes de coneixement.

⁴ Obres com les de Merleau-Ponty (1975), Foucault (1990,1998a,1998b,1998c) o Johnson (1987), des de la filosofia, com les de Mary Douglas (1978) des de l'antropologia, les de Turner (1984), O'Neill (1985) o Synnott (1993) des de la teoria sociològica o com les d'Haraway (1999) o Butler (2002) dins de les aportacions de la teoria feminista han estat fonamentals per a la revisió i reconceptualització d'allò corporal. Per a una revisió analítica de la sociologia del cos, vegeu Frank (1991), Shilling (1993,2005). En espanyol es pot consultar una extensa bibliografia així com una valuosa discussió sobre els estudis socials sobre el cos a REIS (1994). Específicament en l'àmbit esportiu, veure Maguire (1993).

valor simbòlic de la qual queda associat a la longevitat i a la sexualitat i es converteix en un dels factors fonamentals de gust i distinció (Bourdieu, 1998) i (ii) de l'anomenat procés de medicalització, que, a causa de les innovacions tècniques en aquest camp ha canviat completament la relació humana amb la malaltia i la mort (Shilling, 1993) i on el discurs mèdic s'ha convertit en un discurs ètic secular molt important en allò social en general i en allò referit al cos en particular; els règims dietètics, l'exercici i la higiene s'imposen a l'hora de definir en gran mesura les formes de govern del cos (Turner, 1992).

LLuny d'haver-se resolt encara les disputes sobre el que implica allò corporal des de diferents àmbits, al que sí que han ajudat disciplines provinents de les considerades socials és a la reintroducció de la qüestió del corporal en el centre del debat i a posar en entredit la ja clàssica distinció dualística cartesiana ment-cos, binomi que cada vegada està sent més qüestionat no només des de les ciències socials sinó des d'enfocaments tals com la neurobiologia o la cibernetica. Una síntesi interessant entre ambdues disciplines referent a la qüestió ment-cos, la constitueixen els estudis iniciats per autors com Maturana i Varela⁵ (2003). Segons aquests autors hem de desterrar una vegada per sempre el model representacionista pel qual hi ha una realitat ja donada objectivament fora de nosaltres i una dintre de nosaltres que registra això que hi ha fora, pertanyent allò corporal al primer terme i allò mental al segon. Aquest model ens portava a la idea que el subjecte és simple receptor passiu d'unes impressions que li vénen de l'exterior, que la percepció del subjecte és quelcom passiu. Al contrari, segons Maturana i Varela –la fenomenologia de Merleau-Ponty (1975) ja ho apuntava des d'un punt de vista filosòfic– el subjecte cognoscent sempre entra en relació amb el món no com a simple receptor sinó

mitjançant una acció en la qual coemergeixen tant el món com les experiències que constitueixen el subjecte. Seria complicat en un espai tan curt desenvolupar en profunditat la seva teoria però valgui una cita de Rolf Behncke en el prefaci a l'obra capital de Maturana i Varela per a entendre les profundes conseqüències que té el seu enfocament sobre la relació ment-cos:

Qualsevol siguin les nostres percepcions conscients, encara que les diferenciem entre sensorials o espirituals (dels sentits, sensacions, emocions, pensaments, imatges, idees), no operen aquestes "sobre" el cos, elles són el cos (...) Percepció i pensament són operacionalment el mateix en el sistema nerviós, per això no té sentit parlar d'esperit vs. matèria o d'idees vs. cos (...). En l'àmbit experiencial d'una comunitat d'observadors, l'única diferència entre "matèria" i "esperit" està en la major o menor estabilitat o constància perceptual (regularitat) d'unes o altres experiències preceptuales (2003, pàg. xxiii).

Queda ara per aclarir a què ens referim ara amb percepcions conscients, una cosa que farem en el següent apartat, en el qual ens ocuparem del problema de la consciència i la relació conscient-inconscient.

Conscient-inconscient

Potser hi hagi poques teories científiques que hagin donat a la societat un préstec de termes de tanta amplitud i profunditat com el de la psicoanàlisi freudiana. És així com aquest enfocament ha monopolitzat –i continua fent-ho– des de molts anys les nocions de consciència i inconsciència. La teoria de Freud venia a obrir una profunda ferida en el pensament racionalista il·lustrat en fer veure que l'home més que ser una raó clara i lluminosa era un entramat

de pulsions i desigs difícilment controlables i ni tan sols perceptibles. El que ocorre és que, lluny d'acabar amb la dualitat ment-cos, li va donar un gir renovat on ara ment s'associava principalment a allò conscient i a allò corporal, allò emocional, allò afectiu s'associava a l'inconscient. Així, sembla que quan es parlava de consciència, tan sols ens referíem al discurs intern que ocorre dins dels nostres caps i anomenem pensament. El cos manté aquesta noció de presó de l'ànima o germà malvat de la racionalitat humana amb tota una sèrie de pulsions libidinals actuant per sota del pla de consciència.

Hauríem de començar reformulant els conceptes i les relacions entre conscient i inconscient i per a això ens servirem de l'obra de John Searle (1996). Aquest autor parteix de la idea –ja desenvolupada àmpliament per la filosofia fenomenològica d'Husserl– que una característica notable de la nostra vida mental és la d'intencionalitat, a causa de què en la nostra relació amb el món hi ha una projecció cap a alguna cosa, hi ha sempre una intencionalitat de. Això no vol dir que tot allò mental sigui sempre intencional. Tal com mostra Searle (1996, pàg. 149), els estats d'ànim no impliquen intencionalitat però impliquen un to general que envaeix en quasi tot moment els nostres estats conscients, essent aquests últims el requisit previ de la intencionalitat (1996, pàg. 141) ja que sense consciència no es pot parlar d'intencionalitat. Tanmateix, no s'han de confondre els estats d'ànim amb allò mental inconscient. Aquells eren tons generals i aquest es refereix a processos mentals que, en principi, són accessibles a la consciència però que, o bé estan reprimits (aquells que identifiquem típicament com a freudians) o bé no estic pensant en ells en aquests moments. És a dir, l'inconscient implica una potencialitat de consciència, una disposició a tenir processos mentals conscients (1996, pàg. 168). Això és

⁵ Vegeu també Varela, Thompson i Rosch (1997) i el desenvolupament de la disciplina denominada neurofenomenologia per Varela (2000).

el que Searle exposa com a principi de connexió: no s'ha d'entendre allò inconscient com a quelcom totalment separat d'allò conscient, com alguna cosa que maneja els fils del nostre fer conscient des del darrera sinó com a alguna cosa que es transforma en un moment donat, que passa a ser conscient. Com veiem, ambdós estats (conscient i inconscient, que no no-conscient) són condició indispensable per al que anomenem intencionalitat intrínseca (humana, mental) que està esbiaixada sempre per un contorn d'aspecte. Això és el que ens permet pensar o percebre alguna cosa sota certs aspectes i no d'altres. Arribem així al punt clau de l'exposició de Searle, el referit al Rerefons –i el terme associat de Xarxa–⁶ (1996: Cap. 8). El rerefons és una capacitat mental no intencional que permet l'aparició de fenòmens intencionals tals com la interpretació, la comprensió, la creença, experiència... ja que implica un saber com (know how) una practicitat natural de relació amb el món sobre la qual interpretar. En aquest sentit, l'autor afirma que:

Tota la intencionalitat conscient –tot pensament, percepció, comprensió, etc.– determina condicions de satisfacció només relativament a un conjunt de capacitats que no són i no poden ser part d'aquest mateix estat conscient. El contingut efectiu per si mateix és insuficient per determinar les condicions de satisfacció” (1996, pàg. 195).

Podríem utilitzar llavors la denominació de rerefons d'intencionalitat (necessari en tota acció social) encara que seria millor denominar-lo rerefons de sentit en general ja que, com indica Selgas (1994b, pàg. 499) “el rerefons de la in-

tencionalitat ha de confluïr amb el rerefons de l'estructuració” fent referència a què l'individu és part d'allò social, que té marcs de sentit no autònoms i personals sinó socials.

Seguint el desenvolupament de les idees de Maturana i Varela (2003) veiem que el contingut de la consciència pot expressar-se com a percepcions conscients,⁷ essent les que anomenem sensorials una forma d'activitat perceptiva amb el món i les considerades espirituals una forma d'activitat perceptiva endinsada en un mateix, una forma d'autoconsciència que identifiquem normalment amb el nom de reflexió i que solem expressar mitjançant un discurs verbal interioritzat al qual comunament anomenem llenguatge (però que, com veurem més endavant, no és l'únic llenguatge humà possible).

Abans d'acabar aquest apartat sobre els processos conscients-inconscients, hem d'introduir una altra distinció pertinent i fonamental feta per Searle (1996, pàg. 147) sobre el que implica el binomi centre d'atenció-perifèria. Es tendeix a identificar processos inconscients amb aquells que en una situació determinada estan a la perifèria de la nostra atenció conscient, una cosa que per a Searle és un gran error. Això se soluciona aclarint que la nostra percepció conscient té diversos graus d'atenció però això no té res a veure amb l'inconscient, que en aquests moments no pot ser pensat ni percebut. Hem decidit recalcar aquesta distinció ja que en el següent apartat veurem situacions que poden distingir-se pel tipus de continguts de consciència, ja sigui perquè apareixen de forma única o ja sigui perquè apareixen de forma predominant, dins del centre d'atenció

de la consciència. Això dependrà en gran mesura del tipus d'activitat que estiguem realitzant en aquests moments, del grau d'urgència temporal que impliqui. És el que pretenem exposar en la discussió sobre el pensament teòric i el pensament pràctic o en acció.

Pensament teòric i pensament pràctic

Una vegada aclarits els dos apartats anteriors, arribem aquí al centre de la problemàtica sobre el que implica el pensament pràctic o en acció. Per a això hem de començar tenint en compte la relació que existeix entre pensament i llenguatge.

Si mantinguéssim la imatge dualista ment-cos a la qual ens referíem en el primer apartat, podríem estar temptats de descriure les activitats físiques com a simples conductes adaptatives externes que compartíem a nivell evolutiu amb els altres animals. Tanmateix, no podem oblidar que aquestes activitats físiques de què parlem es troben dins d'un entorn humà, d'una transmissió cultural –en contrapartida amb els patrons més rígids de transmissió genètica que es donen en altres animals– i que per tant es troben sempre dins d'un domini comunicatiu per als components de cert entorn cultural. Això és el que fa que puguem considerar les accions d'aquestes activitats físiques no només com a conductes sinó amb plena pertinença a l'àmbit del llenguatge, amb un component simbòlic de comunicació entre individus d'una comunitat cultural. Tant és així que fins i tot aquelles activitats físiques que es puguin desenvolupar en solitari amb el medi –d'altra banda, situa-

⁶ Ambdós termes fan menció a la part mental inconscient que possibilita una intencionalitat conscient, però la xarxa necessita un rerefons com a base. El rerefons és allò que es dona per fet i que mai no va tenir la sensació d'aprendre's, mentre que la xarxa, encara que ara sembli donada per fet va caldre, aprendre's una vegada, en forma de regles pràctiques o d'altres: “Ara bé, dins del conjunt de capacitats n'hi haurà algunes que s'han adquirit en forma de regles, fets etc. Conscientment apresos. Per exemple, a mi se m'han ensenyat les regles del beisbol. Que als Estats Units conduïm per la dreta, i el fet que George Washington va ser el primer president. No se'm va ensenyar cap regla per caminar, ni tampoc que els objectes són sòlids. La intuïció original que hi ha una distinció Xarxa i Rerefons es deriva d'aquest fet. Algunes de les capacitats que un té ens capaciten per formular i aplicar regles, principis, creences etc., en les realitzacions conscients que un du a terme. Però necessiten encara capacitats de rerefons per a la seva aplicació” (1996, pàg. 195).

⁷ Merleau-Ponty-Ponty observa que “Tota consciència és, en algun que un altre grau, consciència perceptiva” (1975, pàg. 404).

ció anàloga al fet que ocorre quan ens posem a reflexionar en solitud— porten ja per si mateixes implícites tot un acerb cultural, de relació i comunicació d'una comunitat que ha ajudat a aprendre aquest subjecte aquestes formes de relació, de comunicació cultural amb el medi.⁸

Tanmateix, és cert que el tipus de llenguatge a què ens referim normalment amb el terme idioma —espanyol, anglès, francès— és un tipus especial de llenguatge, un que ens permet un alt grau (major que el llenguatge motriu) d'emancipació simbòlica (Elias, 1994) respecte de les situacions viscudes, dels contextos d'actuació, una cosa que permet la comunicació entre membres d'una comunitat sobre una gran diversitat de temes i àmbits i que es pot considerar com el més adequat per a l'exploració interior que solem denominar reflexió i que possibilita l'autoconsciència. Però si bé és més adequat per a aquest tipus d'accions (essent les dues últimes les que identifiquem plenament amb la noció de pensament teòric) té grans mancances; per exemple, per ser utilitzat per si sol només en situacions d'urgència temporal, de pràctica. Aprofundim una mica més sobre aquesta qüestió.

Hem dit que perquè existeixi pensament hem d'utilitzar un llenguatge. És així com comunament identifiquem el pensament, amb un corrent verbalitzat normalment en el nostre propi idioma, en aquesta situació de reflexió, endinsats en nosaltres, com separats del món. Ara bé, res no faria dir que una persona en aquesta situació d'aïllament propi però que parla en veu alta no estigui

pensant; en aquest cas diem que pensa en veu alta. És a dir, les manifestacions internes o externes del pensament en la utilització del llenguatge en principi no marquen gran diferència. Sí la marca la qüestió de la urgència temporal. Sempre que una persona es trobi immersa en una interacció amb el món o amb d'altres es veurà subjecta a una urgència temporal que implica el curs d'acció. Això significa que és extremadament important percebre que està succeint en la situació, ja no és possible concebre la interacció com un diàleg de persones aïllades i endinsades en elles mateixes —reflexionant. En aquestes situacions, l'ús del llenguatge, fins i tot l'idiomàtic, ha d'atendre concretament el context (Garfinkel, 2006),⁹ al to, al ritme, als torns d'acció o de paraula (H Sacks, E. Schegloff i G. Jefferson, 1974) perquè s'estableixi comunicació.

Si en la situació ideal del subjecte reflexiu i aïllat s'intenta evitar tot tipus de percepció que no sigui el propi pensament¹⁰ i tot el centre d'atenció de la consciència està sobre aquesta verbalització interior en relació amb un rerefons de sentit, en les situacions d'interacció, d'urgència temporal, la verbalització (que pot ser interior o exterior) no està separada de la percepció del que ocorre en el curs d'activitat ja que és tot l'individu en acció el que obra i interpreta, en el que sorgeixen aquests elements conscients (percepció i pensament) en relació amb un rerefons de sentit o intencionalitat. Volem així evitar una concepció clàssica que prova d'identificar el pensament pràctic només amb un rerefons entès

com a base d'una racionalitat teòrica, identificada amb un pensament efectiu i intencional. També provem d'evitar aquesta concepció clàssica que prova de diferenciar en dos moments el que ocorre en el pensament pràctic: un moment passiu, extern, corporal, el de la percepció i un altre moment actiu, intern, mental, el del pensament. Tornem a repetir (veure pàg. 90): percepció i pensament són operacionalment indiferenciables per al sistema nerviós i impliquen una activitat del subjecte que va a l'encontre, no solament rep, de la situació en la qual s'hi veu immers com a agent en la pròpia composició en comunicació amb d'altres. En aquests moments podem parlar d'un pensament en acció.

Si traslладem aquests supòsits al que veritablement ens interessa a nosaltres, aquelles situacions d'interacció motriu (que poden ser cooperatives o d'oposició), veiem com la urgència pràctica exigeix una participació molt activa tant de la percepció¹¹ com d'un llenguatge motor, en alguns casos molt sofisticat. Aquestes accions que nosaltres observem es poden entendre com la "verbalització motriu" del nostre pensament i com hem indicat fa un moment, no estan separades de les percepcions, formen amb elles un complex pertanyent a la consciència, apareixent aquest en relació amb un rerefons de sentit o intencionalitat. És a dir, per exemple, percebre i moure's com un expert és una i la mateixa cosa, que pensar en acció com un expert, tenir el sentit de joc d'un expert, tenir una competent "lògica corporal implícita" en termes de

⁸ Així, davant del mite de Robinson Crusoe com a individu fora de la societat que torna a la naturalesa, Merleau-Ponty (també Elias) comenta que aquest individu que va pertànyer a la comunitat humana no pot deixar de manera immediata i automàtica de pertànyer-hi en les seves accions pel fet d'estar separada d'ella i que és per això que Crusoe es manté dins dels límits del seu ser-anglès al llarg de tota la seva aventura.

⁹ Garfinkel ho mostra clarament en els seus experiments sobre la "presa literal de significat" sigui quina sigui la situació en la qual s'està parlant, la qual cosa acaba mostrant la incapacitat, la indignació o l'error comunicatiu com a resultat d'aquesta manera d'actuar. Això és causa del fet que, com afirma aquest autor, l'ús de les expressions de llenguatge són accions dins d'aquesta interacció, no alguna cosa separada de la situació.

¹⁰ Quelcom que com Merleau-Ponty (1975, pàg. 404) recorda és impossible ja que: "Jo puc tancar els meus ulls, tapar-me les oïdes, però no puc deixar de veure, malgrat que sigui només el negre dels meus ulls, de sentir, malgrat que sigui el silenci..."

¹¹ En aquest sentit volem destacar que en referir-nos a percepció no estem simplement referint-nos a la visió. Per exemple, és d'especial importància (en algunes disciplines esportives més que en d'altres) la percepció activada als receptors del tacte i la propiocepció, que en alguns casos són potents fonts de relació amb el medi en el qual ens movem, per exemple en l'avenç d'un nedador en l'aigua (Nishimura, 2006, pp. 143-144).

Sheets-Johnstone (1981). Aquest troba tot a la vegada (percepció i pensament) en una acció orientada –que sigui orientada part de la relació especial de la seva consciència i el seu rerefons que el constitueix com a expert– dins del joc que s'està desenvolupant.

Aquesta conceptualització és molt diferent a la que obtindríem des d'una posició en la qual vegéssim les accions dels jugadors com a ordres donades per un pensament interior verbalitzat anterior a l'acció.¹² L'error en pensar que tota activitat esportiva es du a terme d'aquesta manera, consisteix a introduir un tipus de pensament distanciat, teòric –el de l'analista extern– en uns actors que estan actuant d'acord amb una lògica subjecta a una urgència temporal que no es correspon amb la d'aquest observador extern.¹³ Que aquestes verbalitzacions o ideacions internes poden aparèixer en el transcurs del joc és un fet però precisament, poden arribar a ser molt negatives, en generar distracció o al fet que, amb l'emancipació simbòlica, la separació de la situació actual que elles operen, poden donar lloc a una dolenta i ineficaç actuació. Pot ser també símptoma d'una fase primerenca en l'aprenentatge de l'habilitat o d'un nivell de mestria pobre ja que en mancar d'un pensament en acció expert –no és capaç de percebre i actuar d'una manera discriminatòria eficaç del que està passant, de les possibles jugades per realitzar– prova de trobar una solució agafant distància (temps per decidir), donant lloc al que en l'argot esportiu s'al·ludeix amb la frase “paràlisi per anàlisi” o al que normalment volem expressar quan diem que un jugador “pensa massa”. En les activitats

motrius, aquesta verbalització o ideació interna s'intenta evitar o reduir a la perifèria de l'atenció, mantenint-se en el centre de la consciència el complex percepció-acció que constitueix el pensament en acció. Quan això s'aconsegueix, podem observar situacions en les quals:

El resultat és una mestria que no només és coneguda pel mediador sinó visible pels altres: reconeixem fàcilment, per la seva precisió i gràcia, un gest que està animat per la consciència plena. Habitualment associem la presència plena amb els actes d'un expert, tal com un atleta o un músic (Varela, Thompson i Rosch 1997, pàg. 53).

El desenvolupament del parell presència plena-consciència oberta desenvolupat per aquests autors té, com ells mateixos afirmen, gran influència del pensament budista. De fet, en la tradició oriental és coneguda la pràctica de la meditació com a mitjà de transcendència de la separació ment-cos, subjecte-individu en la qual es prova d'evitar l'aparició i fixació del discurs interior, que nosaltres identifiquem de manera unívoca amb el pensament, com a manera de relació amb el que ens envolta. Respecte a les activitats físiques, potser hagi estat la disciplina del budisme zen la que ha estat més utilitzada en pràctiques com les arts marcial (a causa de l'herència de les pràctiques samurai, en les quals es van desenvolupar també activitats com la calligrafia o Shodo, els poemes Haiku, la utilització d'instruments musicals tals com el Sakuhachi o la coneguda cerimònia del te o Cha-no-yu), en el seu enfocament radical sobre la necessitat de tenir una ment buida (Mushin) a l'hora de poder actuar

amb total eficàcia (una cosa que part de les modernes tècniques de psicologia de l'esport també proven de desenvolupar). Com recorda Bar-on Cohen (2006, pàg. 80) en parlar d'una situació de combat en karate:

En aquesta situació, un pensament (una decisió) o una emoció (la voluntat de guanyar, per exemple) és una activitat somàtica que pot ser detectada per l'altre, una manera corporal d'intersubjectivitat: la ment també és un moviment. Perquè l'atac sorprengui al contrari ha de ser buit, ha de començar sense revelar cap signe.

Però lluny de ser una experiència exclusiva del món de les arts marcial o d'altres pràctiques no occidentals, és una cosa que ha estat molt estudiada en psicologia sota el concepte d'"estat de flux" i que en grau major o menor tot el món ha pogut experimentar alguna vegada en la seva vida quotidiana (l'experiència d'abandonament total d'un mateix en la fusió amorosa amb la persona estimada) i fins i tot en alguns moments d'una pràctica físicoesportiva. Sens dubte que és més fàcil que tal procés ocorri amb més freqüència i de forma més duradora com més gran sigui el nivell de mestria. L'exemple de la improvisació és una prova d'això. Com a mostra David Sudnow (2001) en el seu estudi sobre la improvisació de jazz al piano, només quan s'ha obtingut un alt nivell de mestria s'és capaç de realitzar la desconexió necessària per poder deixar fluir l'activitat a través nostre. Cal ser molt cautelós a l'hora d'examinar què es vol expressar amb el terme desconexió en aquest context. No volem expressar de cap manera que els

¹² Merlau-Ponty criticava durament aquest model de representació, considerant que el cos no és “un esclau de la consciència”. Per a aquest autor, aquest coneixement en moviment com a forma de relació natural amb el món, sense necessitat de representacions mentals prèvies era denominat *practonogsis* (1975, pp. 157-158). Seria interessant observar, com a exemples intermedis entre aquestes dues situacions límit d'absència d'urgència o total urgència, el que ocorre quan algú s'enfronta a la resolució matemàtica de problemes en un examen o la situació generada en una partida d'escacs. En ambdues activitats, la percepció del que ocorre no és tan important-en relació amb la urgència temporal- com en un partit de futbol per exemple, però si estan implicades en una seqüència amb límit temporal (el final de l'examen, el rellotge que determina els moviments en escacs) i necessiten així mateix una relació amb el rerefons que els permeti un cert sentit de joc per afrontar els problemes, per tractar de proposar jugades o moviments “amb sentit” dins de l'activitat en la qual es veuen immersos.

¹³ Això és el que tant Bourdieu (1991, 1999) com Garfinkel (2006) denuncien com a fal·làcia de tota anàlisi científica que introdueix la forma de pensar de l'investigador social en la dels actors sense tenir en compte que la seva relació amb la realitat que estudia està intervinguda per una absència d'urgència temporal que no existeix per als actors immersos en la interacció social.

moviments es facin automàtics i l'artista toqui el piano com un autòmat –sense pensar– sinó que ha interioritzat un sentit del joc o del toc per mitjà de l'estudi de certs esquemes estructurats en els quals s'exemplificava l'habilitat i és ara capaç de transcendir les formes imposades,¹⁴ realitzar noves combinacions sense deixar d'atendre aquesta manera d'actuar particular que el manté dins de cert estil. Com afirma Sudnow:

S'han desenvolupat estils de ser, s'han fet més generalitzats, realitzats en cada una de les parts, modes de moviment primer obtingudes en interpretacions amb camins marcats i ara alliberades de les rutes específiques en el viatge de les quals van ser adquirides, alliberades en un esforç per assolir la melodia (2001, pp. 58-59).

Com hem vist en el transcurs d'aquest apartat, el desenvolupament que hem fet sobre el parell pensament teòric-pensament en acció en allò referit específicament a les activitats físicoesportives, tindrà una repercussió molt significativa en la manera en la qual concebem la relació clàssica entre tècnica, tàctica i estratègia, una cosa que ens proposem tractar a continuació.

Relació tècnica-tàctica-estratègia

En la relació recurrent que existeix entre aquests tres termes serem capaços

d'observar la manera en què el rerefons d'intencionalitat i la intencionalitat –conscient– interactuen donant lloc al que denominem pensar en acció. Podem observar així mateix com es relacionen els dos tipus de temporalitat associades a allò teòric i a allò pràctic, de quina manera s'entrecreuen en el moment en què es donen les pròpies activitats físicoesportives.

Comencem parant atenció de nou a l'obra de Searle (1996), en aquest cas, al que comenta sobre els ajusts que fa el sistema del globus ocular mentre conduïm: la intencionalitat és la nostra manera de conduir de forma correcta encara que per a això ens ajuda un mecanisme físic del sistema ROV (reflex ocular vestibular):

L'aparell del ROV funciona per millorar l'eficiència visual, però l'única intencionalitat és la percepció conscient de l'objecte. La resta del treball el realitza en la seva totalitat el mecanisme físic brut del ROV (pp. 240-241).

És a dir, en l'execució d'unes activitats físiques hi ha certs components que són reflexos (com en aquest cas) o s'han fet automàtics per aprenentatge¹⁵ i que són un suport necessari per al desenvolupament de la intencionalitat, és a dir, han esdevingut part del rerefons d'intencionalitat. Així, la tècnica pot considerar-se com tot mecanisme que per repetició adaptativa ha esdevingut part d'un rerefons (no conscient, per tant, mancat d'intencionalitat) i que serveix

per ajudar la intencionalitat conscient en l'adaptació a la situació. Que la tècnica hagi esdevingut part del rerefons no s'ha d'entendre com la simple introducció de seqüències o patrons motrius fixats –com si fossin objectes– dins d'un compartiment. Res d'això: la tècnica no és un conjunt discret de moviments sinó un patró motriu flexible i adaptatiu com a conseqüència del caràcter actiu de l'aprenentatge de l'individu, fins i tot en una cosa que denominem comunament com a automàtic. Com a mostra Nicholai Berstein (1996), l'adquisició d'una habilitat, d'una tècnica, mai no n'és una repetició del mateix, que de res no serviria després com a fonament de respostes en situacions altament canviants.¹⁶ Al contrari, implica aquest patró motriu flexible i adaptatiu al qual al·ludim com a resultat d'una constant exposició a situacions semblants però que sempre impliquen variacions, per petites que siguin, que li aporten un valor real a l'hora de formar part del rerefons.¹⁷

La tàctica podria definir-se d'una manera anàloga a la tècnica, si bé manté respecte a ella certes diferències. En la tècnica parlem de "mecanisme", fent referència a solucions proposades per a problemes motors molt concrets (colpejament de la pilota, col·locació de la raqueta, entrada de la mà en natació). En la tàctica els problemes a què ens enfrontem són més generals, de concepció global de la situació de joc.¹⁸ Per això, més que mecanisme hem de par-

¹⁴ En arts marcial, les tres fases de l'aprenentatge shu-ha-ri es refereixen a obtenció de la forma, ruptura de la forma i abandonament o transcendència de la forma. És en aquesta última fase en què es pot parlar de verdadera mestria i coincideix amb el que hem referit amb el concepte d'improvisació.

¹⁵ Podríem objectar que la noció de reflex-automatisme no és tan clara com en principi podria semblar. Donar per fet que l'ull del nouat veu com nosaltres és obviar el procés necessari de l'aprendre a veure, a enfocar, a percebre visualment, una cosa que es realitza en la seva interacció amb el mitjà i que ha de ser après, encara que sigui un procés que el propi organisme pot arribar a desenvolupar, no necessita ningú que li transmeti aquest coneixement. Tanmateix, a partir d'un sistema de visió general poden desenvolupar-se diverses maneres de veure, atenent per exemple l'especialitat professional que es realitzi. Referent a això, veure l'aclaridora anàlisi de Goodwin (1994) sobre la visió professional.

¹⁶ Segons Berstein: "Les repeticions d'un moviment o acció són necessàries per resoldre un problema motor moltes vegades (de forma cada vegada millor) i per trobar les millors formes de resoldre'ls. Les solucions repetitives d'un problema són també necessàries perquè, en condicions naturals, les condicions externes mai no es repeteixen i el curs d'un moviment mai no és idealment reproduït. Conseqüentment, és necessari obtenir experiència rellevant a totes les modificacions d'una tasca, de forma primària, a totes les impressions que es troben sota les correccions sensorials d'un moviment" (1996, pàg. 176).

¹⁷ Per a una aplicació real de les implicacions d'aquest rerefons d'intencionalitat que aporta l'adquisició tècnica com a forma o sentit de percepció especial, vegeu els treballs de Bar-on Cohen (2006) en karate i de Downey (2004) en capoeira, amb un reconegut caire fenomenològic.

¹⁸ Tanmateix la relació tècnica-tàctica és lluny de ser simple. Per exemple, les katas o pumses del karate i taekwondo respectivament poden entendre's com estructures tècniques que atenen una codificació eficaç de combinacions que provenen de solucions concretes a situacions tàctiques de confrontació real trobades en el passat.

lar d'un sentit de joc¹⁹ que per repetició adaptativa ha esdevingut part d'un rerefons (no conscient, per tant, mancat d'intencionalitat) i que serveix per ajudar la intencionalitat conscient en l'adaptació a la situació. Tenir uns bons fonaments tàctics és ser capaç de discriminar les jugades bones de les dolentes, les jugades si més no possibles de les que no tenen sentit.

Com veiem, tant tècnica com tàctica es constitueixen com a part del rerefons i són imprescindibles per desenvolupar un pensament en acció en una situació d'urgència temporal. Contràriament, l'estratègia pertany a un altre àmbit. L'estratègia implica un distanciament de l'activitat, una anàlisi prèvia al joc (per exemple mitjançant el visionat dels rivals, la preparació de jugades) i és la funció principal pròpia d'un actor que no és jugador però que està en íntima relació amb ell: la figura de l'entrenador. És aquest el que dissenya els sistemes de joc, el que dona una estructura als jugadors, el que decideix si cal anar a l'atac o tancar-se enrere. Tanmateix, aquesta funció no és totalment exclusiva de l'entrenador; poden aparèixer també plantejaments estratègics en un esportista al llarg d'una mateixa competició, com per exemple, en un boxejador que decideix esperar fins als dos últims assalts per passar a l'atac. Tanmateix, ja veiem que la relació de l'estratègia amb el curs de l'acció no es fa de manera natural com en el cas de la tècnica o la tàctica. Implica la introducció d'una temporalitat teòrica, de la utilització d'un altre llenguatge (la verbalització reflexiva) que treu el jugador de la immediatesa del joc (la qual cosa en alguns moments pot ser perjudicial com ja apuntàvem). L'estratègia apareix no com a part del rerefons sinó a tall de consignes que estan més o menys al centre o a la perifèria de l'atenció del jugador, el qual les ha de tenir en compte com a part de la seva

tasca tàctica en l'activitat que desenvolupa. No podem obviar que, encara que els sistemes de joc tenen limitacions estratègiques, sempre impliquen resoldre problemes de tipus tàctic, propis dels problemes dels cursos d'interacció en els quals es troba el jugador. De fet no és en els jugadors sinó en l'entrenador en qui recau constantment el paper de funcionar com a recordatori físic, verbal, d'aquests supòsits estratègics cridant des de la banda allò acordat abans de l'encontre o donant-ne instruccions de variació segons el transcurs del joc. Ells són els que tenen una visió privilegiada a aquest efecte perquè estan distanciats d'alguna forma de la urgència temporal en la qual es veuen immersos els jugadors dins del camp.

En resum, per pensar en acció s'ha de posar en relació una intencionalitat conscient amb una rerefons (en el qual es troben elements tècnics i tàctics) i amb certes consignes de caràcter estratègic (introdueixen certa distància) en el curs específic d'acció en el ens trobem en aquells moments. És a dir, no té sentit parlar de pensar en acció si no ens trobem en un curs d'accions de joc, si, com hem repetit al llarg de tota l'exposició, no ens veiem immersos en la urgència temporal de l'activitat d'interacció. És en aquest procés recurrent de tècnica, tàctica i estratègia on va avançant el nivell de mestria del jugador que es va fent més intel·ligent motriument i és capaç de realitzar patrons que anomenem improvisats, de creació, en comptes de repetir mitjançant automatismes. Tal procés està lligat indefectiblement a l'alteració en el transcurs del procés d'aprenentatge d'un rerefons que s'ha d'entendre com a seu o base de tota acció i de capacitat innovadora i creativa. Com afirmen Varela, Thompson i Rosch (1997, pàg. 176), referint-se al saber fer (know how) inclòs en el rerefons: "en comptes de tractar el know how contex-

tual com un rebuig que es pot eliminar progressivament mitjançant el descobriment de regles més elaborades, cal considerar-lo l'essència mateixa de la cognició creativa".

Conclusions

Aquest article ha volgut cridar l'atenció sobre el que hem denominat com a racionalitat pràctica o pensament en acció, el qual és especialment present en el tipus d'activitats físicoesportives de les quals s'ocupen els nostres estudis. Amb això he volgut a més destacar el fet que els problemes derivats d'aquest tipus de racionalitat, lluny d'haver de tractar-se com a una cosa tàcita o implícita –i per tant acusat d'anticientífic– que s'hagi de deixar a les mans dels especialistes, sigui l'entrenador o l'instructor de tals disciplines, tenen cabuda dins de l'estudi acadèmic –que implica certa distància– sempre que es respectin algunes característiques d'aquestes circumstàncies especials. Per exemple, evitant introduir un tipus de visió i temporalitat que no és la pròpia dels cursos d'acció.

Considero que l'exposició i anàlisi dels cursos i patrons d'acció pot portar-nos a saber moltes coses sobre aquestes activitats, sobre els rerefons d'intencionalitat i sentit que caracteritzen aquestes activitats, sobre la constitució dels seus participants en membres (en el sentit de Schütz, com a "parlants d'un mateix idioma natural"), sobre el procés d'aprenentatge i els diferents nivells de mestria, sobre les qüestions referides a l'automatisme i a la innovació o sobre el debat sobre la tècnica, la tàctica i l'estratègia.

Considero així mateix que procedint de la manera com hem apuntat al llarg d'aquest article, es pot tornar d'una manera més propera a les pràctiques motrius sense caure en els perills que el propi Parlebas, en el pròleg a l'obra de Lagardera i Lavega (2003, pàg. 8) apunta: "Continuar

¹⁹ Per a la relació del concepte d'habitus (Bourdieu 1991, 1999) com a operador pràctic d'un sentit de joc –amb implicacions sociològiques més enllà de la simple motricitat– aplicat a l'activitat física, vegeu les anàlisis sobre l'habitus pugilístic que realitza Wacquant (2004, 2005).

raonant en termes de cos o de moviment és tornar a les reflexions d'antany, a posicions antiquades i ambigües que corren el risc de reduir la persona activa a un simple organisme de tècniques gestuales." Precisament nosaltres pretenem tornar a obtenir la temporalitat pròpia de l'acció, entenent les interaccions que en ella ocorren per retornar la capacitat d'agència a uns participants que intervenen mitjançant una producció/reproducció d'uns patrons motors en comunicació.

Si tornéssim ara a plantejar la pregunta inicial sobre què és el que pensava Messi en la jugada del gol, podríem dir ara que el jugador argentí no va deixar de pensar en cap moment mentre avançava cap a porteria: hi era present un pensament en acció desenvolupat al llarg de la jugada en el qual apareixien de forma perifèrica algunes consignes verbalitzades (com la d'"anar endavant") però que de cap manera no s'apareixien anticipades a tall d'ordre decisió prèvia a cada una de les accions del jugador.

Referències bibliogràfiques

- Berstein, N. A. (1996). On Dexterity and Development. A. M. Latash i M. Turvey (eds.). In *Dexterity and Its Developments*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Assoc: 1-244.
- Bourdieu, P. (1991). *El sentido práctico*. Madrid: Taurus.
- (1999). *Meditaciones pascalianas*. Barcelona: Anagrama.
- Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan*. Barcelona: Paidós.
- Douglas, M. (1978). *Símbolos Naturales*. Madrid: Alianza.
- Downey, G. (2005). *Learning Capoeira*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Elias, N. (1994). *La teoría del símbolo*. Barcelona: Península.
- Featherstone, M. (1982). The body in Consumer Culture. *Theory, Culture & Society* 1:18-33.
- Foucault, M. (1990). *Tecnologías del Yo*. Barcelona: Paidós.
- (1998a). *Historia de la Sexualidad I*. Mèxic: Siglo Veintiuno Eds.
- (1998b). *Historia de la Sexualidad II*. Mèxic: Siglo Veintiuno Eds.
- (1998c). *Historia de la Sexualidad III*. Mèxic: Siglo Veintiuno Eds.
- Frank, A. (1991). For a Sociology of the Body, an Analytical Review. A Featherstone et al. (eds). *The Body, Social Process and Cultural Theory*: 36-102. London: Sage.
- García Selgas, F. (1994a). El Cuerpo como Base del Sentido de la Acción Social. *Reis* 68: 41-84.
- (1994b). Análisis del sentido de la acción: el trasfondo de la intencionalidad. A J. M. Delgado i J. Gutiérrez (coords.), *Métodos y técnica cualitativas de investigación en ciencias sociales*: 493-526. Madrid: Síntesis.
- Garfinkel, H. (2006). *Estudios en etnometodología*. Barcelona: Anthropos.
- Goodwin, C. (1994). Professional Vision. *American Anthropologist*. 96(3): 606-33.
- Haraway, D. (1995). *Ciencia, cyborgs y mujeres: la reinención de la naturaleza*. Madrid: Cátedra.
- Johnson, M. (1987). *The Body in the Mind: the Bodily Basis of Meaning, Imagination and Reason*. Chicago: Chicago Univ. Press.
- Lagardera Otero, F. i Lavega Burgués, P. (2003). *Introducción a la praxiología motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Maguire, J. (1993). Bodies, Sportcultures and Societies: a Critical Review of some Theories of the Body. *International Review of the Sociology of Sport*, 28: 35-52.
- Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Península.
- Maturana, H. i Varela, F. (2003). *El árbol del conocimiento*. Santiago de Chile: Lumen.
- Nishimura, H. (2006). *Physical Cognition in Sport*. A Maguire, J. i Nakayama, M. *Japan, Sport and Society: Tradition and Change in a Globalizing World*. London: Routledge.
- O'Neill, J. (1985). *Five Bodies. The Human Shape of Modern Society*. London: Cornell University Press.
- Ozawa-De Silva, C. (2002). Beyond the Body/Mind? Japanese Contemporary Thinkers on Alternative Sociologies of the Body. *Body and Society*, 8(2): 21-38.
- REIS (1994). *Monográfico sobre perspectivas en sociología del cuerpo*, vol. 68.
- Sacks, H.; Schegloff, E. i Jefferson, G. (1974). A Simplest Systematics for the Organization of Turn-taking in Conversation. *Language* (50): 696-735.
- Searle, J. R. (1996). *El redescubrimiento de la mente*. Barcelona: Grijalbo Mondadori.
- Sheets-Johnstone, M. (1981). Thinking in Movement. *Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 39(4):399-408.
- Shilling, C. (1993). *The Body and Social Theory*. London: Sage.
- (2005). *The Body in Culture, Technology and Society*. London: Sage.
- Sudnow, D. (2001). *Ways of the Hand*. Cambridge: MIT Press.
- Synnot, A. (1993). *The Body Social. Symbolism, Self and Society*. London: Routledge.
- Turner, B. S. (1984). *The Body and Society*. Oxford: Basil Blackwell.
- (1992). *Regulating Bodies. Essays in Medical Sociology*. London: Routledge.
- Varela, F. (2000). *El Fenómeno de la Vida*. Santiago de Chile: Dolmen.
- Varela, F. J.; Thompson, E. i Rosch, E. (1997). *De cuerpo presente*. Barcelona: Gedisa.
- Wacquant, L. (2004). *Entre las cuerdas*. Madrid: Alianza.
- (2005). *Carnal Connections: On Embodiment, Apprenticeship and Membership*. *Qualitative Sociology*, 28 (4):445-474.