

**El *Running*: Una práctica ritualizada**  
**¿Hay algo de violencia en el *Running*? ¿antídoto a todos los males modernos o**  
**sobre-exigencias impuestas?**

Camila Simone Pastén Angulo

Fahce/UNLP

camipastena@gmail.com

**Resumen**

Nadie iba a imaginar que la práctica de “salir a correr”, iba a llamarse *Running*. Sin duda que no fue de un momento a otro, es producto de construcciones de grandes marcas que entienden al corredor como un potencial consumidor, y a la práctica de correr, como un estilo de vida a ser consumido y que te llevara al éxito. La mercantilización del deporte y políticas neoliberales toman el correr a secas y lo explotan a su máxima rentabilidad. El deporte se fue configurando con el objetivo claro de disminuir los niveles de violencia en las sociedades modernas, pero esto no significa que no exista violencia en las sociedades actuales y menos aún en el deporte. El presente trabajo tiene como objetivo problematizar la practica del *running*, tomando como principal objeto de análisis la revista *Runner’s World Argentina* y analizar las construcciones de los corredores, sus usos del cuerpo y discursos.

**Palabras claves:** *Running* – Ritual – Violencia – Neoliberalismo – Mercantilización

¿Que es el *Running*? ¿que identifica a un corredor?

Nadie iba a imaginar que la práctica de “salir a correr”, iba a llamarse *Running*. Sin duda que no fue de un momento a otro, es el resultado de políticas neoliberales que cuyo objetivo en palabras de Han (2014, p.8) es “ explotar todo aquello que pertenece a

prácticas y formas de libertad” . El salir a correr se fue configurando y reconfigurando para que dicha práctica llegara a llamarse *Running*.

“Muchos deportes que hoy se practican de forma mas o menos parecida en todo el mundo se originaron en Inglaterra. De allí se extendieron a otros países, principalmente durante la segunda mitad del siglo XIX y la primera mitad del XX .” (Elías, 1992, p. 157)

Como plantea Giles (2009, p.250) “El término deporte permite reconocer un sinnúmero de significados” El correr y las distancias clásicas han sido vinculadas con diversos significados, ligados a las practicas medievales, a competiciones griegas y hasta una tradición humanista que como menciona Hijós (2017, p. 1), remonta la práctica del correr al origen de la raza humana.

El deporte lo entendemos como “todas las situaciones de enfrentamiento corporal codificado, cuyas formas competitivas han sido institucionalizadas y son explícitamente significadas como tal por el conjunto de las sociedades”, según Giles (2009, p. 250) que retoma y modifica lo dicho por Parlebas. Siguiendo a Giles el deporte constituye una institución de la civilización de nuestros tiempos. Claro está que también la regla instituida universalmente permite a los espectadores involucrarse, comprender el producto, juzgarlo, criticarlo, alegrarse o sufrir por él, apasionarse.

Vincular la práctica del *Running* con el atletismo no es tan alejado, de hecho comparten espacios, técnicas, prácticas, lógicas deportivas y actores. Aquí juega un papel fundamental el mercado y el crecimiento de políticas neoliberales que como dijimos anteriormente toman el correr a secas y lo explotan a su máxima rentabilidad, y nace lo que hoy llamamos *Running*. ¿Y podríamos pensar al *Running* como un deporte? Sin duda que sus raíces se encuentran en el Atletismo, actualmente las carreras en carretera (asfalto) están regladas y conllevan distancias de 5km, 10km, 15km, 20km, media maratón, 30km, maratón (42,195metros), 100km y las carreras de montaña y de Trail.

Como dice Giles (2009, p. 252) retomando a Norbert Elías, “la institucionalización de las reglas fue y es una manera de control y disminución de la violencia física permitida” el deporte se fue configurando con el objetivo claro de disminuir los niveles de violencia. Según Han (2013, p.17-18) “antes de la modernidad la violencia era omnipresente y, sobre todo cotidiana y visible” mas bien física, observable, externa y explosiva. Donde el poder se manifestaba en el derecho de hacer morir a vista de todos, el gobierno se valía de la simbología de la sangre y donde la violencia directa operaba como insignia de poder. En la modernidad la violencia se retira del escenario político, y en casi todos los ámbitos sociales, ya no se exhibe, se esconde pudorosamente. Tal es el caso del deporte, en donde se intenta bajar los niveles de violencia a través de reglas y posteriormente su institucionalización. Esto no quiere decir que ya no hubo más violencia. Se sigue ejerciendo violencia, pero si ya no es una violencia física, visible y explosiva ¿como se ejerce la violencia hoy? Parafraseando a Han, la violencia paso de lo visible a lo invisible, esta violencia toma la forma de un conflicto interior.

Siguiendo a Foucault (1996) a partir del S XVIII la medicina se empezó a extender por todo el universo social y se comienza a inmiscuir en la política. El estado es la cara de esta extensión médica, a través del cuidado del cuerpo y la salud corporal, proteger la vida, mejorarla, corregirla para tener una masa poblacional con mayor fuerza.

Al estado le interesa que la gente corra porque le preocupa la salud de su población, le preocupa que sus ciudadanos no enfermen, no generen gastos y por último y no menos importante, que trabajen. Pero el estado ha dejado tal tarea en manos del mercado. El mercado cumple con la tarea de que gran parte de la población haga ejercicio, se mueva, pero para eso deben pagar para correr, si no hay beneficio económico no es rentable.

No podemos pensar el surgimiento del *Running* exactamente en una fecha específica, mas bien lo podríamos mirar como un proceso, que se va (re)configurando en base de muchos otros, tales como el surgimiento de políticas neoliberales, una creciente globalización, el surgimiento de las marcas de estilo de vida, un estado ausente, “las tecnologías del yo y cuidado de si” (Rodríguez, 2018, p.1-2) ¿Cuando hablamos de

*Running?* ¿En el momento que sale al mercado las primeras zapatillas para correr?, ¿en el momento en que se empieza a masificar las inscripciones a las carreras? ¿En el momento en que hay publicidad dirigida a los corredores? ¿En que momento nace el corredor? O ¿Se va construyendo a medida que el mercado lo inventa?

¿Como es un corredor? ¿Que lo identifica? Un corredor según la filosofía de Nike+ Run Club debe ser y tener:

“cuerpo, mente y espíritu inquebrantable”[...]“Respetá cada entrenamiento. No le temas a los entrenamientos. Será difícil. Por eso nos encanta. El respeto se gana por hacer el trabajo. Así que salí y andá tras ello”[...]“respetá tus debilidades. Y, luego, elimínalas, con trabajo regular y constante”[...]“Cada carrera es un logro y se debe ver como tal”[...]“ Creemos en vos incluso cuando vos no[...]Nike+ Run club esta aquí para recordarnos que nuestro mayor potencial esta dentro de nuestro alcance” (Hijos, 2016, p. 4-5)

El corredor es un sujeto auto-exigente, disciplinado, esforzado, incansable, un todo poderoso, y para ser un corredor solo hay que querer serlo “Todos podemos ser corredores, porque correr no le cierra la puerta a nadie. Si deseamos sacar el corredor que tenemos dentro, sólo debemos atarnos los cordones y seguir” (Hijos, 2016, p. 4)

El corredor cree que elige correr y que entrenar son momentos para él, y en esos momentos él es libre. “...tecnologías de gobierno...que toman el modo de creencia logrando que los individuos asuman como propias elecciones que le son impuestas” (Rodríguez, 2018, p.12) En esa “libertad” de correr el corredor se sobre-exige, se presiona a si mismo para cumplir su meta. En relatos de corredores se expresa en las frases, “La parte mental es esencial” “Me prometí llevarme al límite” “ Y cuando mi cuerpo se rindió, mi mente se mantuvo de pie, con su mirada en la meta” “Desafiar a tu cuerpo de diferentes formas” “ Mi primer maratón... lo termine con mente, corazón y alma, jure no volver a correr otro, perdí las uñas de los dedos pulgares, a la semana volví a correr otro” (Revista Runner’s World, tomo 50, 51 y 52)

También cabe preguntarse ¿En que momento el discurso del mercado pasa a ser el de los corredores? El mercado a través de distintos agentes, uno de ellos las carreras (redes sociales, revistas, publicidades, eventos deportivos y medios de comunicación) va configurando cierta subjetividad en los sujetos.

### Las carreras como un ritual de dolor, sacrificio y placer

El dolor después de una media maratón o un maratón lo saben solo los que corren y son los corredores, esa subcultura los que configuran ese dolor. “El dolor es también profundamente social [...] se construye en gran parte, se conforma...” (Morris, 1996, p.43) Al igual que la sensación de los 30km (el muro) solo los que pasan por aquel dolor y sensación saben lo que es el muro, es un dolor construido socialmente. Una persona que nunca corrió le parece absolutamente extraño e incomprensible ese dolor, aunque siempre tiene una cuota de personal además de lo social.

“Entre los entrenados no es posible observar que la primera vez en el entrenamiento haya sido placentera sino todo lo contrario. Sin embargo, ellos continuaron reincidiendo en el dolor hasta que, mucho después en el avance de su experiencia, empezaron a encontrar placer en el dolor.” (Rodríguez, 2017, p. 751)

Aún siendo un dolor displacentero los sujetos seguían realizando sus entrenamientos, aunque sufrieran, ¿que es lo que lleva a un sujeto persistir en sentir dolor y displacer? ¿es mas la recompensa? Esto nos da pie para pensar en el corredor que organiza su vida en torno al calendario de carreras y que convive con el dolor, el displacer y el sacrificio, hasta que aprende a convivir con ellos y a apalear ciertas dolencias propias del entrenamiento y el trabajo duro. ¿Hay algo de sobrepositividad, sobrecapacidad en los corredores?

El corredor cuando llega a la meta siente, placer, por llegar, por lograrlo, por “poder hacerlo” descubre que puede hacerlo y en cierta forma se siente “poderoso” y quiere ir por más. ¿Y que recompensa tiene todo este sacrificio y auto-exigencia? Correr no tendría sentido si no hay una mirada de un otro, se corre con otro y para otro, que toma

mas sentido con las redes sociales, las aplicaciones, relojes con GPS y el “mostrarse”. Toda esta industria comercial que retroalimenta la identidad del corredor, va configurando determinados usos del cuerpo y subjetividades.

Los sujetos necesitan de un proyecto, de un porvenir con sentido, las empresas organizadoras de las carreras y las grandes marcas respaldadas por el estado neoliberal, deben ofrecerle a los sujetos un sentido del porque correr. Sentidos que van desde el bienestar físico, antídoto saludable, mejoramiento de la calidad de vida, baja en los índices de estrés, el secreto de la eterna juventud y lo más importante brinda un cuerpo bello y acorde a los estereotipos sociales. La práctica del *Running* se ha hecho tan fuerte porque ha generado adhesión, apoyo, creencia en los sujetos, la oportunidad de un porvenir con proyecciones y que finalmente los sujetos terminan adoptando como un estilo de vida, reproduciendo dicha práctica y propagándola. En las Narraciones de corredores sobre el *running* en la Revista runner’s World se visualizan tales discursos “el *running* me sirve como un escape a mis problemas” “es la forma que me curo constantemente”, “soluciono problemas, se me ocurren cosas para escribir,[...] para mi correr es transformador en todo sentido”, “corriendo aparece la mejor versión tuya y te cambia la vida” (Revista runner’s World Argentina, 2018, p. 65, 38)

El corredor nunca tiene el sentimiento de haber logrado una meta, el corredor siempre apuesta a mas, corrió 10km, quiere ir por 21km, ya corrió la media maratón quiere ir por los 42km o por una de montaña de 100km, y así... podríamos pensar que ese constante querer más tiene que ver con el sujeto del rendimiento actual, no puede decir no, lo puede todo. ¿Quién construye los límites? La publicidad y marketing contribuyen a esa sensación de que siempre hay una nueva meta que cumplir, adoptar un nuevo estilo de vida, crea nuevos límites a ser desafiados, contribuye al crecimiento de dicha práctica y su rentabilidad.

Todos los domingo a las siete de la mañana. Suena a ir a la iglesia ¿no? A las siete de la mañana la ciudad comienza a pintarse de colores, de música y disfraces, gente preparada para correr, con ropa deportiva, relojes, mochilas de hidratación, etc. Es el

momento en que todo el sacrificio de meses o años de entrenamiento, se plasma en una competición, en un tiempo y en un puesto de entre miles.

¿Podríamos pensar a las carreras como un ritual?

“El rito o ritual es un conjunto de actos formalizados, expresivos, portadores de una dimensión simbólica. El rito se caracteriza por una configuración espacio-temporal específica, por el recurso a una serie de objetos, por unos sistemas de comportamiento y de lenguaje específicos, y por unos signos emblemáticos, cuyo sentido codificado constituye uno de los bienes comunes de un grupo”(Segalen, 2005, p. 30)

Las carreras se ubican en un tiempo-espacio específico en el que los corredores se encuentran por un objetivo en común, llegar a la meta, unos llegaran antes, otros llegaran primeros y otros últimos, pero con la misma emoción de llegar y lograrlo. Comparten experiencias que solo entre ellos pueden compartir, hay permitidos que solo en ese espacio ficticio pueden realizar, sonarse la nariz con los dedos, escupir en el suelo, estar vestidos con poca ropa, estar con olor a transpiración, etc. Todos van con la ilusión de asistir una fiesta, a un carnaval, correr por las calles, sacarse fotos y reír. Se vive una efervescencia emocional que se desata del tiempo “real”. “La carrera puede verse como una sucesión de etapas de separación, y de vuelta al mundo civil después de la purificación” (Segalen, 2005, p.90). Purificación que no solo conlleva la acción de correr en una competición, comienza mucho antes, desde las prohibiciones de encuentros sociales, privaciones con determinadas comidas y consumos de alcohol. El hecho competitivo es la etapa culmine de este proceso de purificación.

“tener experiencia entrenada significa haber aprendido un saber práctico de ejercicios para el cuerpo, haber transitado un camino de privaciones y prohibiciones -dietéticas y sociales sobre todo- y haber pasado las diversas pruebas que “estar ahí” entrenando implica.” (Rodríguez, 2017, p.750)

Después de meses y semanas de entrenamiento, el fin de semana es el momento de la *performance*, la purificación ha culminado y nuevamente comienza una nueva semana recargada de energía “A mis 49 años me siento fuerte, con energía, si me preguntaran cual es el éxito de sentirme así, les respondería que es correr, como si fuera la fuente de

la eterna juventud” ( Revista runner’s World Argentina Nov. 2018, pág: 79) “Muy saludable para la cabeza. Yo fumaba mucho y si, el *running* me hizo sentir mejor pos cigarrillo... pero sin duda lo que más me cambio fue la cabeza. Hasta la manera de reflexionar. Es más, me pasa cualquier cosa en el día y lo único que quiero es ir a correr. El *running* me salvo la vida” (Revista Runner’s World Argentina, Dic. 2018, pág:48) Le dan a la práctica de correr un antídoto sanador y purificador ante todos los males, físicos y mentales.

Todos los domingos, sábados o feriados en alguna ciudad hay carreras. Las carreras son el espacio de competencia donde las y los corredores muestran sus tiempos y sus cuerpos. En ese tiempo y espacio se sienten atendidos, agasajados, bien recibidos, pagan por aquel servicio exclusivo. La preparación previa a la carrera, conlleva restricciones con respecto a comida, bebidas, tiempos de sueño, carga de entrenamiento y demás. Es un momento planificado, donde pueden “disfrazarse”, en ese momento son todos corredores y corredoras, ya no es la abogada, el profesor, la secretaria, el oficinista, en ese momento son todos corredores. Como retoma Segalen lo dicho por Turner en ese tiempo y espacio, todas y todos están en un umbral (liminaridad) que significa ausencia de estatuto. Sus insignias, ropas, y símbolos de lo que eran anteriormente (docentes, abogados, secretarios, oficinistas, etc) son borradas, en ese tiempo y espacio artificial son corredores, pero a la vez no dejan de ser lo anterior a corredores, no son ni lo uno ni lo otro. ¿Y en que momento pasan a ser corredores? Hay ciertas pruebas sacrificiales, “carreras rituales” reconocidas por la comunidad *runner* que permite que sean reconocidos por los pares como “corredores”. El ritual máximo en el *Running* se representa en la distancia recorrida o en la cantidad de carreras, mientras mas largas o mayor cantidad mayor reconocimiento y legitimidad. La media maratón, el maratón (42km) y más aún las distancias de 50km o 100km en montaña son carreras que brindan el titulo de “corredor o corredora” legítimo. Podríamos decir que los corredores de 5km, 10km, 15km están en una cierta fase liminar, están viviendo un fenómeno liminoide, donde no son ni lo uno ni lo otro, están en el limbo. Pero ojo, esto es tramposo, porque cada vez más esos rituales de pasaje se van reconfigurando por la misma comunidad

*runner*, y más aún por la industria mercantil, que ofrece a los consumidores nuevas pruebas y “nuevas metas” a cumplir que tientan a ser consumidas.

El cuerpo del corredor es la herramienta y el objetivo de la acción, correr. Para los corredores el ritual de la carrera representa ese uso específico de su cuerpo en la carrera, (que no se podría dar en otras circunstancias, ni siquiera en un entrenamiento)

“Correr entre 70 mil personas puede resultar desafiante, no si del otro lado de la prolija valla de contención de 42km195mts hay miles de personas que gritan tu nombre y aplauden tu paso ofreciéndote tu momento de gloria...la piel se te eriza...” (Revista Runner’s World Argentina, Dic. 2018, p.33)

Esas sensaciones que solo en la carrera se sienten, sacrificio, dolor, placer y reconocimiento. Como menciona Segalen (2005, p.97) “El rito de las carreras vuelve a poner en juego, en escena, este cuerpo, a darle un uso que ya no tiene en la vida laboral” Ese cuerpo en desuso, solo recobra sentido si hay un objetivo a cumplir, una carrera, que conllevara entrenamiento, tiempo, alimentación adecuada, etc. Sacrificio, dolor y por ultimo placer por haberlo logrado. Y no menos importante reconocimiento. Todo recobra sentido en la carrera ritualizada.

## Reflexiones Finales

La violencia en las sociedades modernas no ha desaparecido, y menos en el deporte, todo lo contrario, es tal la violencia que emerge en los tiempos de hoy que no se puede ver fácilmente, es más bien invisible, interior, y eso la hace aún más peligrosa. En el *running* como muchas otras prácticas se vuelca y se visibiliza una violencia positiva, que se expresa en una sobre-exigencia del sujeto, auto-agresividad, un sujeto todopoderoso, un sujeto que puede manejar su cabeza y llevar su cuerpo al límite, y que no tiene barreras físicas, las barreras están en la cabeza. La barrera para un corredor es la lesión, tratamientos, cirugías, fisioterapias y rehabilitación. Una vez que el cuerpo ya no es límite, su cabeza continua. Y es ahí donde reside un grado de violencia positiva, es mas bien interna, una presión consigo mismo. Hay un cierto desfasaje entre lo que el

cuerpo puede y lo que la cabeza lo alienta “tu puedes, la cabeza es mas fuerte” “hay que entrenar la cabeza” “ cuando el cuerpo no puede la cabeza si” que termina en una violencia y auto-agresividad, sobre-exigencia corporal y psíquica.

Lo que sacrifica un corredor para practicar *running* es tiempo, dinero, trabajo, su cuerpo, juntadas, gustos, etc. Pierde o mas bien, da, todo aquello, por una medalla, una remera, por un cuerpo bello y por reconocimiento. Cruzar la meta y que le aplaudan recompensa todo el sacrificio hecho. Pero para llegar a recibir la recompensa tuviste que sobre-esforzarte, dar lo mejor de ti, sobre-entrenarte, y estresarse, sobrepasar los límites.

En cierta forma los sentidos que los corredores le dan al *running* de dolor-sacrificio-placer si o si conlleva una sobre-positividad, una sobre-exigencia que porque no preguntarnos si dicha sobre-exigencia puede conllevar a una violencia positiva que puede llegar a rasgos destructivos que recaen en enfermedades, lesiones, estrés, adicción al ejercicio, etc. La carrera, el hecho competitivo, le da sentido al sacrificio-dolor y al placer, que sin un objetivo (la carrera) no tendría sentido. Y es pertinente preguntarnos si ¿No es esa sobre-positividad y sobre-exigencia una forma de violencia? ¿Es el exceso de positividad una forma de violencia en las sociedades neoliberales actuales? ¿Porque pagar para correr? ¿Se puede ser corredor sin pagar o es una identidad que se compra?

## Bibliografía

- Elías, N. y Dunning, E. (1992) La génesis del deporte como problema sociológico. capitulo III; en “Deporte y ocio en el proceso de civilización” Madrid, Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (1996) Genealogía del Racismo. Editorial Altamira, Buenos Aires.
- Giles, Marcelo (2009) “El deporte. Un contenido en discusión” en *Estudios críticos de Educación Física*, dir. Ricardo Crisorio, La Plata, Al Margen,.

- Han, Byung-Chul (2014) *Psicopolítica: Neoliberalismo y nuevas técnicas de poder*. Herder Editorial.
- Han, Byung-Chul. (2013). *Topología de la Violencia*. Disponible en: [http://tiemposmodernos.weebly.com/uploads/6/3/1/3/6313332/topologia\\_de\\_la\\_violencia\\_-\\_byung-chul\\_han.pdf](http://tiemposmodernos.weebly.com/uploads/6/3/1/3/6313332/topologia_de_la_violencia_-_byung-chul_han.pdf)
- Hijos, N. (2017) *La historia del running en argentina*. 12º Congreso Argentino y 7º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, 13 al 17 de noviembre de 2017, Ensenada, Argentina. EN: Actas. Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Disponible en: [http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/12o-congreso/actas-2017/Mesa%2013\\_Hijos.pdf/view](http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/12o-congreso/actas-2017/Mesa%2013_Hijos.pdf/view)
- Hijós, M. (2016) *Vení a correr con nosotros: un análisis etnográfico sobre la transformación de runner's en posibles consumidores*. IX Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2016, Ensenada, Argentina. En Memoria Académica. Disponible en [:http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.9275/ev.9275.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9275/ev.9275.pdf)
- Klein, N. (2000) *No logo. El poder de las marcas*. Editorial Paidós, Barcelona. Disponible en: <https://hemerotecaroja.files.wordpress.com/2013/07/klein-naomi-no-logo-el-poder-de-las-marcas-2000.pdf>
- Morris David B. (1996) *Los significados del dolor*. Cap. 2; en *La Cultura del Dolor*. Editorial Andrés Bello. Barcelona · Buenos Aires > México D. F. · Santiago de Chile.
- Rodríguez, A. (2017) *Si te duele es porque estás entrenando bien. La sensación paradójica de dolor Corporal en los gimnasios de fitness de La ciudad autónoma de Buenos Aires*. *Movimiento*, Porto Alegre, v. 23, n. 2., p. 743-754, abr./jun. De 2017.
- Rodríguez, N. (2018). *Dolor, sacrificio y placer en la práctica del running en la ciudad de La Plata*. X Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2018, Ensenada, Argentina. Disponible en: [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab\\_eventos/ev.11717/ev.11717.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.11717/ev.11717.pdf)

- Segalen, M. (2005) Ritos y rituales contemporaneos. Alianza Editorial, Madrid.  
Disponible en:  
<https://tristesantrotopicos.files.wordpress.com/2012/03/66099004-ritos-y-rituales-m-segalen.pdf>