

La piel del alma*

María del Mar Martín

Mayo de 2017

*Espacio Psicoanalítico de Barcelona
Balmes, 32, 2º 1ª — 08007 Barcelona
+34 93 454 89 78*

*«Así como los huesos, los músculos,
las entrañas y los vasos sanguíneos están cubiertos
con una piel que hace soportable el aspecto del hombre,
del mismo modo las emociones y las pasiones del alma
están envueltas en la vanidad, piel del alma.»*

Friedrich NIETZSCHE

1 Introducción

Este texto se enmarca dentro de una serie dedicada a abordar el fenómeno de la *traición*. El primer trabajo, «Te negarás tres veces. *La verdadera traición*»,¹ iniciaba el movimiento desde las traiciones sufridas, pasando por las ejercidas, hasta llegar a la traición a uno mismo. Mediante negaciones, entregas e incumplimientos de promesas cada uno de nosotros desembarca en esta última, la que consideramos como *la verdadera traición*. El segundo trabajo, *Cicatrices*,² realizó el movimiento inverso, partiendo de la profundización en la traición a uno mismo navegamos, con la ayuda de Sartre y

*URL de este documento: <http://www.epbcn.com/pdf/maria-del-mar-martin/2017-05-14-La-piel-del-alma.pdf>. Ponencia presentada el 12 de mayo de 2017 en las XVII Jornadas Psicoanalíticas del EPBCN, tituladas “Aperturas en psicoanálisis” (VI), y celebradas en la sede del EPBCN los días 12, 13 y 14 de mayo.

¹URL de este documento: <http://www.epbcn.com/pdf/maria-del-mar-martin/2014-05-10-Te-negar-as-tres-veces-La-verdadera-traicion.pdf>

²URL de este documento: <https://www.epbcn.com/pdf/maria-del-mar-martin/2016-05-07-cicatrices.pdf>

su *mala fe*, hasta las consecuencias que puede tener dicha traición en el Hombre: «*El hombre [no es sólo] responsable de su estricta individualidad, sino que es responsable de todos los hombres*». ³ Cuando se traiciona a sí, traiciona también al resto.

En esta ocasión, nos moveremos entre las dos orillas, la del *uno* y la del *todos*, centrándonos en determinadas formas actuales de alejamiento, negación y aislamiento del hombre en los planos de la acción y el pensamiento. Nos serviremos, como en los trabajos anteriores, de referencias filosóficas y psicoanalíticas para abrir y alimentar intuiciones derivadas de la labor clínica.

2 Donde dije digo, digo Diego

En *Cicatrices* resaltamos que, en la actualidad, los pacientes llegan al análisis en menor medida con los típicos síntomas neuróticos, resultantes de los conflictos clásicamente descritos por el psicoanálisis. En aquella ocasión observábamos en ellos una ausencia de afecto en el relato, una especie de *nada* que acompaña a los hechos de su vida y que se traduce en la sensación de que el paciente *no está presente* en la consulta. Por este motivo, el primer trabajo que se encuentra abocado a realizar el psicoanalista es conseguir que el paciente llegue a *conectar* afectivamente con lo que hace y dice.

En esta ocasión, queremos abordar lo que consideramos una forma actual de manifestación de la neurosis. Es sabido que los modos de expresión de los síntomas neuróticos cambian con la época —en contadas ocasiones recibimos casos como los de las histéricas de Freud— por lo que estimamos necesaria una mirada actualizada sobre las formas de padecimiento.

2.1 Términos y ejemplos

Jugaremos con las definiciones⁴ de tres términos para describir aquello de lo que queremos hablar.

1. Coherencia: f. *Conexión, relación o unión de unas cosas con otras.*
f. *Actitud lógica y consecuente con los principios que se profesan.*

³SARTRE, Jean-Paul (1943). *El ser y la nada*. RBA, 2004.

⁴Extraídas de la RAE online y de Wordreference. Nos ceñiremos a definiciones de diccionario, con ellas tendremos suficiente para lo que queremos decir. Podríamos, todavía, adentrarnos en definiciones filosóficas o lógicas pero excederían el objeto concreto de estudio.

2. Contradicción: f. *Afirmación de algo contrario a lo ya dicho o negación de lo que se da por cierto.*
3. Conflicto: psicol. *Existencia de tendencias contradictorias en el individuo, que generan angustia o incluso trastornos neuróticos.*
 - f. *Cuestión que se debate, materia de discusión.*

Bien, comencemos a ponerlos en danza con algunos ejemplos.

Sesión a: He llegado a la conclusión de que quiero dejar a mi pareja. *Sesión b:* No estoy segura de si quiero tener hijos o no con él, no sé si yo sería buena madre y él buen padre. *Sesión c:* He dejado de tomar las pastillas anticonceptivas. *Sesión d:* Estoy embarazada, no sé cómo ha podido pasar.

Sesión a: Yo ya sé que hay que respetar a la gente y que cada uno es como es, yo soy muy respetuoso. *Sesión b:* Le dije que teníamos que dejar de vernos porque somos muy diferentes, no aguanto su manera de ser. *Sesión c:* Me siento maltratado por mi jefe porque no respeta que pensemos cosas distintas.

Estos ejemplos están extraídos —entre muchos otros semejantes— de sesiones psicoanalíticas con pacientes. Pero no nos llevemos a equívoco, no es que esto le pasa sólo a la gente que pide tratamiento porque están muy graves. Y aunque así fuera, los ejemplos seguirían siendo representativos de lo que acontece en la actualidad; como ya sabemos, en los casos *extremos* se encuentra lo que ocurre con regularidad, aunque con menor intensidad —o de un modo menos explícito—, en los casos considerados *normales*.

2.2 La ausencia de contradicción

Observamos en ellos, en primer lugar, la capacidad para afirmar sentimientos, rasgos de personalidad, pensamientos propios, etc., que pueden ser negados por hechos o afirmaciones posteriores sin que ello lleve en ningún caso, como mínimo, a un comentario al respecto. Resulta llamativo que a la propia persona no le inquiete haber dicho un día una cosa y otro día su contraria.

Dentro de un marco analítico alguien podría objetar: *¿Pero no se trataba de asociar libremente? ¿De decir todo lo que a uno se le pase por la cabeza? Nadie dijo que tenía que ser coherente.*

Sí y no. Sí: la regla técnica fundamental, *diga todo lo que se le ocurra sin omitir nada*. No: *hágalo desde un estado de serena auto-observación*. La falta de reflexión, crítica o juicio es aplicable al momento de la asociación pero con el objetivo de conseguir que el que habla no deje nada sin decir por el hecho de considerarlo repudiable, inmoral, indecoroso, vergonzoso o cualquier cosa que se le asemeje. Esto parece haber sido llevado al extremo y se acaba traduciendo en discursos más propios del *proceso primario* que del *proceso secundario*. El hecho de observar el flujo de pensamientos —con los sentimientos, emociones o afectos que lleva asociados— puede conllevar también la expresión de objeciones críticas o reflexiones incluidas en ese flujo. Si porque considero algo vergonzoso no lo digo, estoy yendo en contra de la regla técnica, ahora bien, si verbalizo: «*esto lo considero vergonzoso pero...*» y a ello le sigue la cosa vergonzosa, simplemente estoy diciendo lo que pasa por mi cabeza, ciñéndome así a la regla. No hay ni que decir, que si esto no se va haciendo en tiempo real, mientras se asocia, debería acontecer en un momento posterior. Si excluimos la capacidad de reflexión, juicio o crítica del proceso de un análisis estamos diciendo, simple y llanamente, que el paciente no debe pensar.⁵

Tomemos el primer término: *coherencia*. La coherencia, según su primera acepción, supone: nexos, relaciones y unión entre las cosas. Nadie le pide a un hombre que lo que sienta o piense tenga que ser coherente; es sabido por todos que en su psique o alma puede habitar, y de hecho habita, la incoherencia, en mayor o menor medida. Lo que sí podría ser exigible es que, si no es coherente, como mínimo sea consciente de que alberga una contradicción y la relate como tal. El punto en el que estamos es este, nos encontramos con discursos que funcionan al margen del *principio de no contradicción*. Lo que llama más la atención es que ninguna de las dos opciones se da: ni el nexo o la relación entre las cosas que dice —lo que le daría la coherencia al discurso—, ni tampoco la conciencia de albergar una contradicción.

Esta situación nos lleva al tercer término: *conflicto*. Éste brilla por su ausencia. No decimos que los pacientes no traigan conflictos de ningún tipo —con sus parejas, familiares, en su trabajo, por ejemplo—, pero no son los que realmente les conciernen. Si en ellos hay contradicciones respecto a cómo se definen, cómo sienten, qué hacen, qué piensan, ello inevitablemente les debe conllevar sufrimiento en algún lugar de sí. No llegan a él porque, simple y llanamente, no pueden pensar.

⁵La cuestión del papel del proceso de pensamiento en un análisis fue trabajada en la ponencia *Interpretación, elaboración, aceptación*, presentada por José María Blasco en las XII Jornadas Psicoanalíticas del EPBCN, tituladas *Aperturas en psicoanálisis*. <https://www.epbcn.com/textos/2013/04/interpretacion-elaboracion-y-aceptacion/>

¡Ah! ¡Entonces es eso! ¿Lo que proponéis es un hombre conflictuado y, por tanto, angustiado? ¡Igual es más feliz así como está!

Recuperemos la primera acepción de la definición de conflicto que hemos presentado, la psicológica: *Existencia de tendencias contradictorias en el individuo, que generan angustia o incluso trastornos neuróticos*. El conflicto puede generar angustia o incluso trastornos neuróticos, añadimos: esto último, en el caso de que una de las tendencias sea inconsciente. Los ejemplos concretos que abordamos no son de este segundo tipo, ambas tendencias (a veces incluso son más de dos) se manifiestan en la conciencia, y he aquí lo novedoso, sin generar ningún tipo de conflicto. Algo falla. Por otra parte, ciertamente, el conflicto puede generar angustia, pero ya ha sido más que resaltado por muchos pensadores de diversas disciplinas que sin cierto grado de angustia no se puede pensar.

De todos modos, quizás sería más interesante la segunda de las acepciones: *cuestión que se debate, materia de discusión*. El conflicto no es ni el punto de llegada ni la verdad última: debería ser algo sobre lo que se puede debatir. ¿No es eso lo que tendría que acontecer en un análisis? ¿Tomarse a uno mismo como objeto de estudio y debatir sobre sí? El propio Freud lo resaltaba en *Esquema del psicoanálisis*:

*Para que el yo del enfermo sea un aliado valioso en nuestro trabajo común tiene que conservar, desafiando toda la apretura a que lo someten los poderes enemigos de él, cierto grado de coherencia, alguna intelección para las demandas de la realidad efectiva.*⁶

2.3 Las consecuencias

Otra gran ausente en el escenario: la consecuencia.

- Digo *a* y hago *b*.
- Hoy digo *a* y hago *a*. Mañana digo *b* y hago *b*. Y al siguiente, Dios dirá.
- A mi amigo le digo que pienso *a* y actúo como *a*. En casa digo *b* y actúo como *b*.

⁶FREUD, Sigmund (1940 [1938]). *Esquema del psicoanálisis*. Todas las citas de Freud en este texto pertenecen a la edición de Amorrotu de las *Obras completas de Sigmund Freud*, trad. de José Luis Etcheverry, Buenos Aires - Madrid.

- He hecho *b* porque pienso *a* pero cuento *x* a mi amigo y *z* a mi pareja.

Luego voy al analista, se lo explico todo junto, y espero impacientemente a que me diga qué me pasa.

Se juegan tres planos diferentes de la consecuencia en lo que abordamos. Por un lado, cada vez es más habitual que el pensamiento, las emociones, o los sentimientos, desborden en la acción sin un procesamiento previo. Hoy pienso o me siento de una forma concreta y las acciones que lleve a cabo estarán determinadas por ello, mañana sentiré otra cosa y realizaré lo contrario. La primera consecuencia es la acción misma, que es llevada a cabo con inmediatez. Esta inmediatez, que podría parecer inocua, es uno de los elementos fundamentales en la no evaluación de las consecuencias, tenemos reacciones en vez de respuestas, y la velocidad a la que ellas acontecen favorecen que no se pueda evaluar el efecto que van a tener en la realidad, en la mía y, como veremos enseguida, en la del resto.

Por otro lado, como después no seré capaz de ver la incoherencia entre las acciones realizadas, la segunda consecuencia es que, aparte de una gran desorientación, tengo una imagen totalmente sesgada de mí mismo o una ausencia total de ella.

Y por último, esta *disfuncionalidad* se traduce también en desorientación para aquellos con los que me relaciono. Estar ante alguien que puede afirmar cosas contradictorias dependiendo del día, o que dice una cosa y hace otra, no puede ser inocuo para el vínculo. Más desorientación, falta de confianza, imposibilidad de conversar. Todo esto en el mejor de los casos, si el otro tiene instalado el detector de contradicción; si no, simplemente será el *vals de los locos*.

Proponéis entonces un hombre completamente racional y coherente, consciente al cien por cien de sí mismo y de las consecuencias de sus actos. Parece, más que un hombre, un robot perfeccionado.

Proponemos alguien que hable y piense. Si yo digo *a* y hago *b*, por escoger uno de los ejemplos, parte de la interpretación de lo sucedido dependerá de lo que venga después. Es perfectamente atendible que por el camino haya cambiado de opinión y así lo explicito. O que verbalice no haber notado la disonancia entre *a* y *b* y su sorpresa por ello. La acción en sí misma seguirá siendo no coherente con lo que había afirmado pero el discurso lo intenta ser: relaciona de algún modo las dos acciones o el pensamiento con la acción. Ahora bien, si yo digo una cosa y hago otra y después *me quedo tan ancho*, tan ancho que lo único que le sigue es el silencio, estamos ante otro tipo de problema. Reflexionemos un poco, hasta el delirio psicótico tiene

una articulación, una coherencia interna, por más estrambótico que sea.

3 Buscando un suelo

En los dos trabajos anteriores nos centramos, entre otras cuestiones, en la negación como mecanismo para consumir la traición a uno mismo. En *Te negarás tres veces* utilizamos la negación freudiana, en *Cicatrices la mala fe* de Sartre. Esta última nos puede servir también para explicar parte del fenómeno que estamos abordando en esta ocasión, pero no lo abarca todo. El nexa principal es este: obrar en estado de mala fe supone acciones que incluyen la *negación de sí*; a pesar de que el yo conoce, de forma pre-reflexiva —pero no inconsciente— algo sobre sí mismo, actúa como si esto no existiera, se lo enmascara, igual que ocurre en muchos casos a los que nos estamos refiriendo. Pero en otros, el yo, no sólo *conoce*, sino que *verbaliza* sobre sí algo que después, como ya apuntábamos, será negado por lo dicho o hecho posteriormente. Necesitaremos entonces de otros conceptos o abordajes para poder escudriñar este fenómeno.

3.1 El aislamiento

Freud, en *Inhibición, síntoma y angustia*, aborda dos actividades del yo que funcionan como subrogados de la represión: el *anular lo acontecido* y el *aislar*. Ambos son mecanismos vinculados con la formación de síntoma en el caso de la neurosis obsesiva, pero el segundo, el aislamiento, es un mecanismo que encontramos también en el procesamiento considerado normal. En el caso del síntoma obsesivo se aíslan dos hechos para suspender el nexa de pensamiento que hay entre ellos. Sin embargo,

El proceso normal de concentración ofrece un pretexto a este proceder de la neurosis. Lo que nos parece sustantivo como impresión o como tarea no debe ser perturbado por los simultáneos reclamos de otros desempeños o actividades de pensamiento. Pero ya en la persona normal la concentración no sólo se emplea para mantener alejado lo indiferente, lo que no viene al caso, sino, sobre todo, lo opuesto inadecuado.⁷

El mecanismo de aislamiento, además, pretende no dejar que los pensamientos referidos a dos impresiones, hechos, recuerdos, etc., entren en asociación con otros.

⁷FREUD, Sigmund (1926 [1925]). *Inhibición, síntoma y angustia*.

*Así, el yo tiene que desplegar normalmente un considerable trabajo de aislamiento para guiar el decurso del pensar, y sabemos que en el ejercicio de la técnica analítica nos vemos precisados a educar al yo para que renuncie de manera temporaria esa función, por completo justificada de ordinario.*⁸

Volviendo a la neurosis obsesiva —aunque quizás no nos hemos alejado mucho de ella—, encontramos que ese aislamiento (que impide asociaciones y conexiones de pensamientos) obedece a lo que Freud denominó el *tabú del contacto*.⁹

El aislamiento es una cancelación de la posibilidad de contacto, recurso para sustraer una cosa del mundo de todo contacto.

Recurso para sustraer una cosa del mundo de todo contacto. ¿No es eso exactamente el fenómeno que abordamos? Ante el discurso incoherente, desconectado, sin atisbo de contradicción, sin conflicto que problematice, sin consecuencias, ante el silencio sepulcral después de un hecho, ¿no se produce acaso este resultado? Lo dicho, afirmado, realizado, queda fuera de todo contacto. No se puede debatir sobre ello, no se asocia con nada; sólo divide, aleja, y en honor a su propio nombre: aísla.

3.2 La reina muda

*Las palabras más silenciosas son las que traen la tempestad
Pensamientos que caminan con pies de paloma dirigen el mundo.*

Friedrich NIETZSCHE

*Padres que entregan a sus hijos a una sociedad que en vez de cuidar aliena; cada uno de nosotros faltando a sus promesas; la traición a uno mismo mediante la negación; el doble muro: el que aísla del mundo y el que construimos para aislarnos de nosotros mismos; la desconexión afectiva; la nada en el relato, la nada en la historia.*¹⁰ El avance del aislamiento es lento pero seguro. Ahora conquista el propio *no-proceso* de pensamiento. Que nada se toque, que nada se vincule. Firmado: la *pulsión de muerte*. La reina muda.

⁸*Ibid.*

⁹Que alberga tras de sí la evitación de la expresión tanto de la pulsión de vida (mediante la unión con el cuerpo del otro) como de la pulsión de muerte (destrucción mediante la agresión física).

¹⁰Esta serie recoge algunos de los puntos desarrollados en los anteriores trabajos.

Ya lo advertimos más arriba,¹¹ este fenómeno no se circunscribe a los pacientes que acuden a las consultas de los psicoanalistas, denunciemos una tendencia general a este modo de hablar; sin coherencia, sin consecuencias, sin mirada abarcadora. Las repercusiones no son, ni serán, menores, sólo hay que escuchar las intervenciones de los políticos, diciendo una cosa y haciendo otra, prometiendo algo y cumpliendo lo contrario. No es un problema individual al que nos enfrentamos, es un problema global.

Zygmunt Bauman¹², en su libro *Modernidad líquida*,¹³ alerta de que en la actualidad se arroja al hombre al mundo en busca de su identidad. Algo que en la *modernidad sólida* era una responsabilidad social, es ahora una tarea individual y llena de infinitas posibilidades. *Puedo hacer con mi vida lo que quiera, puedo ser quien quiera. Hay un sinfín de vidas posibles, escoge la que más desees, dicen —mañana te habré producido otra que también podrás comprar—*. Esto, que podría interpretarse, y se interpreta, como la anhelada libertad, tiene una serie de consecuencias que son colindantes con el tema que nos ocupa.

Por un lado, en la modernidad líquida, *«la actividad de elegir importa más que lo que se elige, y las situaciones son elogiadas o censuradas, disfrutadas o castigadas según el rango de elección disponible»*.¹⁴ De modo que, el decir una cosa y hacer otra, o el hacer algo distinto cada día según me encuentre, suelen presentarse, ante uno mismo y ante los otros, como abanderados de la mencionada libertad.¹⁵

Nada más lejos.

Por otro lado, tal abanico de elecciones suele traducirse, además de en un fantástico promotor de la ya citada neurosis obsesiva,¹⁶ en un generador de espasmódicas actuaciones en la realidad:

La movilidad y la flexibilidad de identificación que caracterizan la vida [actual] no son vehículos de emancipación sino más bien instrumentos de redistribución de libertades. Por este motivo son bendiciones a medias —tan seductoras y deseables como temidas e indeseables— valores ambivalentes que tienden

¹¹En el apartado 2.1. «Términos y ejemplos».

¹²Sociólogo, filósofo y ensayista polaco.

¹³BAUMAN, Zygmunt (1998). *Modernidad líquida*. Fondo de cultura económica de España, 2002.

¹⁴*Ibid.*

¹⁵O como una muy mala interpretación del *aquí y ahora* oriental.

¹⁶Por ejemplo, pacientes que se preguntan una y otra vez y siempre como si fuera la primera: *¿qué quiero hacer con mi vida?* Sin recordar lo ya pensado, dicho, reflexionado o analizado al respecto. Aquí veríamos en pleno esplendor el primer mecanismo citado en el punto 3.1: la *anulación de lo acontecido*.

*a generar reacciones incoherentes y cuasi neuróticas. Como lo expresa Yves Michaud, un psicólogo de la Sorbona: con el exceso de oportunidades, crecen las amenazas de desestructuración, fragmentación y desarticulación.*¹⁷

Esta desestructuración, fragmentación y desarticulación acaba petrificándose en una serie de versiones de uno mismo que parecen adquirir vidas independientes y ajenas entre sí. Juan Carlos De Brasi¹⁸ plantea en su libro *Elogio del pensamiento*¹⁹ que las versiones son «*el arquetipo de enemigo más acérrimo que pueda tener el pensamiento.*» Y, citando el refrán «*un hombre es el conjunto de las versiones que hay sobre él*», afirma que esto le convierte en un animal imaginario. Se refiere, en este caso, a las versiones que los otros dan de uno. Pero ante lo que nos encontramos ahora, no es ante las versiones que los otros dan de mí, sino ante las que yo mismo *soy* con mi hacer y mi decir. Las que yo soy para los otros. Versiones desconectadas entre sí, que se niegan unas a otras, que impiden la posibilidad de articulación y vinculación; y que, inevitablemente, desorientan a todos.

Entonces, en realidad somos víctimas de la sociedad actual, de esta modernidad llena de oportunidades.

De nuevo: sí y no. Es evidente que las configuraciones sociales, políticas y culturales, tienen un influjo directo en las formas de pensar y vivir de las personas; y que es innegable que existen los estados de dominación. Como también lo es que la modernidad actual promueve cada vez más una humanidad que renuncie a lo que la define como especie: la capacidad de pensar. Pero, citando a Foucault:²⁰ «*¿si el poder está presente entonces no existe libertad? La respuesta es: si existen relaciones de poder a través de todo el campo social, es porque existen posibilidades de libertad en todas partes.*»

Pero, ¿qué libertad? No debe ser la de dejar de pensar. Lo que denunciamos es una claudicación individual, íntima, ante uno y ante los otros. En el dejar de pensar, en el asilar, en el no tomarse a uno como objeto de estudio, como alguien a quién observar y, por qué no, a quien cuidar, sigue avanzando, destruyéndolo todo, en silencio, la reina muda. Sigue avanzado la traición.

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ Filósofo. Estudiante y practicante del psicoanálisis; coordinador de grupos y asesor institucional.

¹⁹ DE BRASI, Juan Carlos (2015). *Elogio del pensamiento*. EPBCN Ediciones - Colección Aperturas (2015).

²⁰ Historiador de las ideas, psicólogo, teórico social y filósofo francés.

4 El cuidado de sí

Encontramos en múltiples textos de filósofos griegos referencias y desarrollos de la noción *epimeleia heautou*. *Epimeleia* (ἐπιμέλεια), significa *cuidado, solicitud de algo*; y también *gobierno, dirección, práctica o estudio*. *Heautou* (ἑαυτοῦ) significa: *sí mismo*. Se ha traducido habitualmente como: cuidado de sí, inquietud de sí o cultivo de sí.²¹

Este cuidado de sí se caracteriza por el hecho de que el *arte de la existencia* se encuentra dominado por el principio de que hay que cuidar de uno mismo. Principio que, por otra parte, no está reservado para los filósofos, o para aquellos que escojan una vida similar, sino que es «*válido para todos, todo el tiempo, toda la vida*».

Llevarlo a cabo supone una dedicación práctica diaria al recogimiento sobre uno mismo que implica un trabajo, como cualquier otra práctica.

Permit[e] estar a solas con uno mismo, recoger el propio pasado, colocar ante la vista el conjunto de la vida transcurrida, familiarizarse, por la lectura, con los preceptos y los ejemplos de que deseamos inspirarnos, y volver a encontrar, gracias a una vida despojada, los principios esenciales de una vida racional.

Además del cuidado del cuerpo, de los ejercicios físicos sin exceso, incluye «*las lecturas, las notas que se toman de libros o de las conversaciones, y que se releen más tarde, la rememoración de las verdades que se saben ya pero de las que hay que apropiarse mejor*».

En este cuidado de sí, tienen también un papel fundamental las conversaciones, con un confidente, con un guía, con amigos, con un maestro. Alrededor de él se desarrolla «*toda una actividad de palabra y escritura donde se enlazan el trabajo sobre uno mismo y la comunicación con el prójimo*». Y en este sentido, el cuidado de sí no es un ejercicio de la soledad, sino que se convierte en una práctica social.

Muy lejos de esto, el arte de la existencia actual funciona, más bien, bajo el principio del *cuidado narcisista de sí*. Se convierte en algo que se hace en soledad y donde las formas de cuidado de uno mismo son superficiales, cosméticas, y excluyen la reflexión, la mirada global, el estudio de uno mismo y la posibilidad de conversar.

Cuando con mi manera de presentarme ante el mundo, lo que digo no se puede debatir y le doy al otro sólo una versión de mí —o meramente el

²¹En el volumen 3 de *Historia de la sexualidad*, Michel FOUCAULT realiza un estudio detallado de este concepto de la filosofía griega. Las citas de este apartado están extraídas de ese libro.

silencio—, estoy dejando un vacío donde tendría que habitar el cuidado, el vínculo.

Sin apenas darnos cuenta, vamos rompiéndolo todo, cada vez más distancia entre los cuerpos, entre las almas, entre las palabras.

Nos revestimos con la piel equivocada, con la vanidad, *piel del alma*.

Menorca, abril de 2017