

SÍ MISMO Y CUIDADO DE SÍ PARA LA PRÁCTICA SISTÉMICA: APUNTES SOBRE ESTÉTICA

Self and care of the self for systemic practice: Notes on aesthetics

José Ignacio Carreón Catalán¹

Universidad de Chile, Santiago de Chile

pepe.jicc@gmail.com

Resumen

La historia de la terapia familiar, sistémica-relacional, se inicia en la inquietud por la organización del sistema y los circuitos comunicacionales en interacción, patrones, prescindiendo inicialmente del sí mismo y del sujeto singular. Este principio fue corregido y actualizado a partir de consideraciones teóricas heterogéneas principalmente basadas en el apoyo del lenguaje como eje ontológico. De la metáfora cibernética a la narrativa, surge un cambio de paradigma y un nuevo interés por el sí mismo. En este proceso múltiple e irreductible, el concepto de “cuidado de sí” examinado por Michel Foucault, podría servir para fortalecer la valorización del sí mismo como guía estética para la práctica sistémica.

Palabras clave: Cuidado de sí, sí mismo, terapia sistémica, estética, Foucault.

Abstract

The history of family therapy, systemic-relational, begins with concern for the organization of the system and the communication circuits in interaction, patterns, disregarding initially the self and the singular subject. This principle was corrected and updated from heterogeneous theoretical considerations mainly based on the support of language as an ontological axis. From the cybernetic metaphor to the narrative, a paradigm shift and a new interest in the self. In this multiple and irreducible process, the

¹ Psicólogo Clínico, Profesor adjunto y asesor clínico de la Universidad Mayor y la Universidad de Santiago de Chile. Magíster en Psicología Clínica de Adultos.
<https://orcid.org/0000-0002-4146-0359>.

concept “care of the self”, examined by Michel Foucault, could serve to strengthen the valorization of the self as an aesthetic guide for systemic practice.

Keywords: Care of self, self, systemic therapy, aesthetics, Foucault.

Fecha de Recepción: 03/09/2023 – Fecha de Aceptación: 01/11/2023

Introducción

Es cierto que a lo largo de la tradición sistémica el sí mismo de cada terapeuta ha sido objeto de preocupación, en términos de búsqueda constante de formación según diversas escuelas y modelos. Desde un origen de “estilo provocador y apasionante de enfrentar las familias” (Bertrando & Toffanetti, 2004, p. 103), hasta la autopercepción de artistas de la conversación (Anderson & Goolishian, 1988).

Por otro lado, se ha mantenido la consciencia de la construcción del estilo terapéutico al entrar a un modelo y cómo éste se incorpora en uno mismo (Ceberio & Watzlawick, 2006). Junto con asumir una reflexión en torno al proceso de formación-deformación en el presente instante posmoderno: “El personaje terapéutico ha de ser inventado” (Gálvez, 2010, p. 105).

Sin embargo, aunque sí en lo práctico, no siempre el sí mismo de forma singular ha estado presente de forma teórica en esta tradición. Tanto el sí mismo individual como la corporalidad son las grandes presencias ausentes de esta historia.

Hoy, consideramos a la práctica clínica como una tecnología del yo o sí mismo (White & Epston, 1993; White, 2004; Bertrando, 2011; Carreón & Padilla, 2021). Todavía más, tecnología a la espera y capaz de incorporar la práctica del “cuidado de sí”. Pero ¿de cuál sí mismo hablamos en terapia sistémica? ¿a quién habría que cuidar? ¿cuidar en qué sentido?

Para adentrarnos en estas tensiones, el recorrido comienza con una breve investigación genealógica del “sí mismo sistémico”, buscando relieves y desplazamientos. Sí mismo que funcionaría como puente o pauta que conecta de algún modo la metáfora sistémica-cibernetica y la metáfora narrativa, momentos plurales de metamorfosis del yo en términos de subjetividad.

Luego de esa breve exploración, se abordará la cuestión del sí mismo a partir de distinciones generales del “cuidado de sí” estudiado por Michel Foucault, como potencial guía conceptual y estética, novedosa, para ampliar la mirada sistémica sobre el sujeto individual.

El curso *Hermenéutica del sujeto* (1981-1982) dictado por Foucault, aborda el polisémico principio griego *epimeleia heautou* (ἐπιμελείας ἑαυτοῦ): “ocúpate de ti mismo”. Práctica de sí, paulatinamente absorbida por el principio délfico “conócete a ti mismo” o *gnothi seauton* (γνώθι σεαυτόν). Y, transfigurada, durante el cristianismo primitivo como “renuncia de sí”.

Inquietarse, preocuparse, cuidarse, cultivarse, ocuparse de...sí mismo. He aquí el epicentro y eje a través del cual Foucault se desplaza, entre 10 siglos (V a.C. y V d.C.), conectando la cultura grecorromana con el cristianismo, realizando una genealogía de la *epimeleia* desde el Alcibíades de Platón con Sócrates como protagonista, para interrogar este proceso de constitución de subjetividad sobre el yo o sí mismo.

Ética y estética del yo. Proyecto que en su actualidad –y la nuestra–, Foucault calificaba de tarea urgente y políticamente necesaria, pero todavía sin contenido. Después de todo, esa relación de sí consigo, alguna vez, movimiento espiritual de transformación del yo, predomina hoy como acceso a saberes sin ningún desplazamiento ni afectación del sujeto (Foucault, 1999). Con esto en mente, resuena con más fuerza el énfasis de “que no hay otro punto, primero y último, de resistencia al poder político que en la relación de sí consigo” (Foucault, 2018, p. 246).

Preocupación vasta y prolífica que ocupará los últimos años de la vida de Foucault en torno a la cuestión de las técnicas de sí. Siguiendo el curso 1981-1982, en este artículo interesa, más que una anatomía exhaustiva de esa práctica, el beneficio conceptual que el principio “cuídate a ti mismo” conseguiría prestar como servicio a la mirada sistémica relacional sobre la subjetividad. Estética de sí como ethos permanente encaminado a una “ontología crítica de nosotros mismos” (Foucault, 1999, p. 349).

Sobre el sí mismo sistémico-relacional

El interés por el sí mismo en la tradición de la terapia familiar sistémica no siempre tuvo un lugar garantizado. Se ha renovado su valor tanto como se ha modificado la concepción

del sí mismo. La cibernética de segundo orden de los “sistemas observantes”, la perspectiva constructivista centrada en el observador, como luego la perspectiva construccionista social, basada en el giro lingüístico, han influido en ese cambio de atención y mirada sobre el individuo (Boscolo & Bertrando, 1996, 1997; Bertrando & Toffanetti, 2004, McNamee & Gergen, 1996, Limón, 2005). Contribuyendo profundamente tales perspectivas al ocaso de la objetividad y del dualismo cartesiano (Ceberio & Watzlawick, 2006).

La preocupación por la comunicación; definición de problemas (lógicos), organización familiar y sus síntomas, pautas de comportamientos, interacciones y estructura (Bateson, *et al.*, 1956, Haley, 1976, Minuchin, 1967, Watzlawick, *et al.*, 1967), ha transitado hacia una inquietud por aquello que no podía ser observado en el exterior: la experiencia interior o la caja vacía (Bertrando, 2002).

Zamorano (2005; 2014) refiriéndose al “dilema del yo” o al “difícil problema del individuo para la clínica sistémica”, distingue cuatro movimientos: 1. “Caja negra”; 2. Transgeneracional y 3. Lingüístico. Agregando, una cuarta perspectiva propia: la dialéctica de la autonomía identitaria.

Movimientos resumidos muchas veces coloquialmente como el paso del “contexto de Bateson al texto de Derrida” (Bertrando, 2000, p. 86). Este tránsito de las conceptualizaciones cibernéticas a la metáfora del sujeto como texto, ha puesto en justa guardia a algunos terapeutas sistémicos ante el posmodernismo (Bertrando, 2000, Bianciardi, 1998, 2010; Bianciardi & Bertrando, 1998). Agitación e incertidumbre ante la crisis de los valores modernos que situaron al hombre como centro, la posmodernidad impulsa a pensar la psicoterapia como encuentro ético (Bertrando & Bianciardi, 2002, Bianciardi, 2012a, 2012b; Morales & Gálvez, 2012).

Ahora, sin ánimo de realizar una diferenciación absoluta del sí mismo entre modelos y escuelas, inherente a este desplazamiento histórico hacia el posmodernismo, es preciso destacar algunos elementos centrales en estas múltiples perspectivas, sobre todo examinando el pasaje del primer al tercer momento ya aludido. Categorizando arbitrariamente de la siguiente manera: 1. Sí mismo cibernético. 2. Sí mismo lingüístico. 3. Sí mismo poético-sagrado.

Sí mismo cibernético: de la caja vacía al yo saturado

Nos recuerda Bianciardi (2006), Bateson, escéptico del mundo de la psicoterapia, no sólo no rechazaba el inconsciente freudiano, sino que consideraba al yo o la mente individual tan sólo un subsistema más, parte de una ecología mayor. El peligro radica justamente en desconocer la naturaleza sistémica de la vida. La consciencia no es capaz de percibir este juego de relaciones.

En una conferencia dictada en 1970, Bateson afirmaba lo siguiente:

La mente individual es inmanente, pero no sólo en el cuerpo. Es inmanente también en las vías y mensajes que se dan fuera del cuerpo; y existe una Mente más amplia de la que la mente individual es sólo un subsistema. [...] La psicología freudiana expandió hacia el interior el concepto de mente [...] Lo que yo sostengo expande la mente hacia el exterior. Y ambos cambios reducen el ámbito de la personalidad consciente (Bateson, 1972, pp. 313-314).

Aquí encontramos una mente relacional-ecológica, no reducible a una interioridad. Incluso con Bateson es posible afirmar una mente, como símil de sí mismo, capaz de entrar en contacto con lo Sagrado. Momentos de chispas, destellos de perturbación de la conciencia, a lo cual llamaré estética (Bateson, 2006, p. 379). Sin embargo, pese a que muchas ideas sobre el sí mismo, el inconsciente y la relación con el afuera, consideradas por Bateson, proporcionaban una base teórica importante en esa dirección, no aconteció un desarrollo como se esperaba en la tradición sistémica (Boscolo & Bertrando, 1996). Aquí existe un camino espiritual que habría que retomar.

Algunas de las ideas de Bateson son reducidas en la *Pragmática de la comunicación humana* (1967), donde “Watzlawick, Beavin y Jackson, se transforman en los verdaderos padres fundadores de la primera teoría completa de orientación sistémica” (Bertrando & Toffanetti, 2004, p. 116). Así es como surge la noción de la “caja vacía”, a partir de la cual los primeros modelos sistémicos estuvieron completamente orientados a las interacciones y la familia en su conjunto, en lugar de la individualidad.

Las personas evidentemente no desaparecían, tampoco sus cuerpos, pero el sí mismo era principalmente la familia. Aquí habría que inscribir a los modelos inter o

transgeneracionales preocupados por la familia de origen y las generaciones previas (Bertrando & Toffanetti, 2004) y las originales contribuciones clínicas del equipo de Milán (Selvini-Palazzoli, *et al.*, 1980).

La inquietud por la individualidad facilitó la búsqueda de nuevos caminos para llenar el vacío incluyéndose las terapias posmodernas (Bertrando, 2002). Habrá un redescubrimiento del sujeto. Próximo a Bateson, no sin cierta sospecha de si es posible hablar de subjetividad individual, para Marco Bianciardi (1993) habrá que verificar una teoría cibernética del sujeto (segundo orden), en la cual el observador es central.

Concluyendo que si bien el observador es sujeto de mapas de la realidad, es ciego y no sabe que lo es (Bianciardi, 1993; 2006). Desconoce sus propias premisas, inconscientes, que legitiman sus creencias y configuran sus mundos compartidos. Subjetividad cibernética orientada, entonces, a la responsabilidad ética inherente a las relaciones intersubjetivas (Bianciardi, 2012a).

Así, uno de los intereses para los y las terapeutas en su trabajo con personas individuales, será el cambio de las premisas y de la visión única del mundo, que conducirá ya no a resolver problemas, sino a explorar historias y a centrarse en el diálogo (Boscolo & Bertrando, 1996; 1997).

Nótese que en este periodo el cambio (ya no de las pautas interaccionales sino de la subjetividad) sigue siendo axiomático. Palabra importante para la terapia sistémica. Y, con una similar carga histórica la palabra cliente para referirse a quienes consultan. En la era de las palabras, significados y la primacía del lenguaje, junto con la condición posmoderna (Lyotard, 1987), a partir de la cual paradójicamente los grandes relatos y el mismo saber científico implosionan hasta la desconfianza, el propio yo o sí mismo se erosiona mediante saturación social (Gergen, 2018).

Este exceso de posibilidades de ser, gracias al desarrollo tecnológico y la producción de múltiples lenguajes y sentidos, aunque muchas veces incoherentes, será ocasión para la falta de certeza e inseguridad existencial en términos identitarios. Mundo en el cual “una pluralidad de voces rivaliza por el derecho a la existencia” con su desenlace más dramático: poner en tela de juicio “el concepto mismo de la esencia personal” (Gergen, 2018, p. 35).

Para Kenneth Gergen ese sentimiento desvanecido del yo conlleva un inminente desenlace fatal: la desaparición del yo por exceso de relaciones. Un sí mismo saturado.

Inversamente a lo inferido a partir de Bateson, encontramos aquí la eventualidad de una antítesis relacional, en la que el sí mismo, atrapado en lo diverso se pierde en lo profano.

Con todo, el presente riesgo para el sí mismo suscitado por la condición posmoderna, abre la puerta a intentos necesarios por afirmar al yo. Ya no redescubrirlo, sino consolidarlo. En este esfuerzo, situadas al interior del giro lingüístico, las posturas narrativas y conversacionales son protagonistas.

Hacia el sí mismo lingüístico: narraciones y diálogos

Para White y Epston (1993) la analogía del texto nos guía a considerar la importancia de relatar nuestras experiencias permitiendo atribuir significado a las mismas, otorgando un sentido de continuidad identitaria. Cada sí mismo es visto como escritor capaz de reescribir su vida. Para ello, en terapia se debe atender la inscripción de los relatos según los contextos políticos, diferenciando relatos dominantes de los alternativos.

Simultáneamente, en el caso de Anderson y Goolishian (1988), adoptando una perspectiva declaradamente hermenéutica, se enfatiza la conversación terapéutica y la comprensión de los significados, concibiendo a los “sistemas humanos como sistemas lingüísticos”.

En ambas propuestas, observamos un sí mismo como sujeto creador de significados: sí mismo narrativo que construye la realidad en el lenguaje. Sin embargo, sería reduccionista insistir en que la familia y/o el contexto desaparecen. El elemento intersubjetivo sigue presente, quizás con un relieve en lo político y deconstructivo en la propuesta narrativa (White, 2004) y una posición declarada posmoderna y ética en la propuesta conversacional (Anderson, 1999; 2007).

La relevancia en la conversación terapéutica entre dos o más individuos, más allá de la observación de la familia, se vuelve el epicentro y con un interesante foco: “El terapeuta mantiene una conversación dialógica con él mismo” (Anderson & Goolishian, 1988, p. 58). También, se orienta a lo que está apartado de nuestros relatos sobre nosotros mismos o lo “ausente pero implícito” (Carey, *et al.*, 2009; White, 2000), donde la imaginación juega un rol central (White & Epston, 1992), junto con la posibilidad de cuestionar las historias dominantes y desplazarnos en términos narrativos (Winslade, 2009).

Palabras como colaboración, conversación, diálogo, prevalecen. Como antes el resplandor estuvo en la posición de hipotetización, circularidad y neutralidad (Selvini-Palazzoli *et al.*, 1980), ahora, la luz se curva a la postura de curiosidad (Cecchin, 1989) y la actitud de no-saber (Anderson & Goolishian, 1992), junto con la consciencia de la terapia como espacio de relaciones de poder (White & Epston, 1993; White, 2004). Cuidando, entonces, las relaciones de colaboración en lugar de proteger el conocimiento experto (Anderson, 2012).

En paralelo, otro sí mismo se presenta. Ya no solamente quien mantiene un diálogo consigo mismo, sino múltiples. Un sí mismo dialógico como una multiplicidad de posiciones (Hermans, *et al.*, 1992, Hermans, 2001, Seikkula, 2011). Aquí cada sí mismo fluctúa entre diversas perspectivas incluso opuestas, dentro de un paisaje real e imaginario, donde “Las voces funcionan como personajes interactuando en una historia” (Hermans *et al.*, 1992, p. 28).

De la metáfora narrativa a la metáfora dialógica, el sí mismo interactúa consigo mediante una polifonía de voces, un sí mismo multivocal y dialógico. En esta etapa contemporánea, quien probablemente ha profundizado con mayor ímpetu sobre el sí mismo terapéutico como herramienta clínica es Peter Rober, a través de la noción de conversación interna (Rober, 1999, 2002, 2005a, 2005b).

Así como la conversación externa del equipo reflexivo (Andersen, 1994), capaz de suscitar un diálogo interno en los y las consultantes, la conversación interna del terapeuta se centrará en un diálogo consigo mismo durante y posterior a la sesión (Rober, 2001, 2017). Inicialmente, la conversación interna alude a un proceso de negociación entre el sí mismo y el rol profesional de cada terapeuta (Rober, 1999). Acentuando, después, un sí mismo dialógico para quien la conversación interna involucra lo que “él o ella no comparten en la sesión –lo que (aún) no ha sido dicho ni mostrado por el terapeuta. La conversación interna del terapeuta puede ser descrita como una polifonía de voces interiores” (Rober, 2005a, p. 489).

Las ideas, emociones, pensamientos, imágenes, el silencio y el cuerpo mismo se valoran como oportunidades para lo no-dicho-aún (Rober, 1999, 2002, 2005a, 2005b, Rober, *et al.*, 2004). Lo anterior, también se manifiesta en la conversación interna e incluso uno de los objetivos es formar terapeutas flexibles y reflexivos atentos a esas

oportunidades, a partir de un método formativo que utiliza la experiencia personal para transformarse en supervisores de sí mismo (Rober, 2011; 2017).

Sí mismo poético sagrado

Cabe destacar el trabajo de Claudio Zamorano (2005, 2014) y Marcelo Pakman (2011, 2014, 2020). Ambos con una inquietud notable por la presencialidad del cuerpo ante el registro desencarnado de las terapias posmodernas. El primero, apoyado en los trabajos de Humberto Maturana y Francisco Varela, a partir de la biología del conocer y del proceso autopoietico. El segundo, recogiendo aspectos del pensamiento francés a partir de filósofos como Michel Foucault, Jean-Luc Nancy y Alain Badiou. Ambos con una atención y escucha a Gregory Bateson y a un sí mismo de carácter poietico.

En “la dialéctica de la autonomía identitaria” (Zamorano, 2014), surge un sí mismo como emergente-relacional. Este se encuentra acoplado al entorno o al contexto, siendo posible dar sentido a un mundo propio desde el ámbito relacional, pero sin por ello el sí mismo ser reducido a lo psíquico o a las exigencias relacionales.

Más bien, la identidad o el sí mismo es un emergente relacional corporizado (*embodiment*) y aporético en el cual la familia, el contexto ligado a cada cuerpo, produce una forma única de ser y otorgar sentido “través de un proceso en el cual se tensionan las historias que permiten la continuidad del sentido –singular y colectivo– con otras que desafían hacia la diferencia, interpelando hacia la discontinuidad” (Zamorano, 2014, p. 104). Es decir, un sí mismo nunca garantizado, frágil, descentrado, que en ocasiones consulta por quiebres de sentido que amenazan –y cada quien busca proteger– lo Sagrado de su integridad ante la diferencia (Zamorano, *et al.*, 2022). Sí mismo, por tanto, sagrado.

En cuanto a Pakman (2011, 2014, 2020), dando un paso más allá de las perspectivas hegemónicas centradas en el representacionalismo ingenuo de la realidad y la realidad del significado en el giro lingüístico, realiza un contra giro crítico-poético para la práctica sistémica. Considera a ambas propuestas desencarnadas, monopolizando el discurso de la salud mental en el caso de las ciencias empíricas y una excesiva sacralización del lenguaje en las terapias posmodernas.

Siguiendo a Foucault, propone la noción de micropolítica para dar cuenta como nuestras identidades, narrativas y experiencias, están sujetas a relaciones de poder-saber,

proporcionado guiones micropolíticos dominantes que asumimos silenciosamente. Otorgando valor ya no únicamente al ámbito del significado, Pakman trae la dimensión del “sentido en tanto acontecimiento central de todo proceso de subjetividad” (Besoain, *et al.*, 2019, p. 86).

La singularidad de la experiencia no puede ser domesticada ni capturada en su totalidad por los guiones micropolíticos ni los procesos de significación. La materialidad sensual siempre está en exceso. Mediante la experiencia singular-relacional de los eventos poéticos, se interrumpe la micropolítica dominante como un evento de discontinuidad. Acontecimiento incluso conmovedor y nostálgico (Pakman, 2011). El evento poético alude a un acontecimiento de sentido relacional, en el cual el proceso de imaginación y las imágenes son cruciales para suspender las micropolíticas y también educar la sensibilidad poética de cada terapeuta (Pakman, 2011, 2014). Ampliándose cada vez más aquellas consideraciones micropolíticas en torno a la mantención o transformación de la subjetividad para la terapia y la formación (Morales, 2010).

De esta manera, el sí mismo es concebido de forma aporética y poética, en apertura a la dimensión del sentido y la sensualidad de la existencia más allá de los significados: “Tolerar la aporía de la identidad implica atender a sus excesos, entendido como aquellos ámbitos que se ubican en territorios no colonizados por el significado; zonas disponibles, vivas, pero adormecidas, amenazadas por la micropolítica del imaginario social” (Besoain *et al.*, 2017, p. 98). Se hace presente, un sí mismo poético, sin reducirlo a la esfera de la poesía (Pakman, 2011, 2014, 2020).

Por último, como bisagra para el siguiente tema, quisiera destacar una cita de Foucault sobre la identidad. Al analizar uno de los ejercicios analíticos de la espiritualidad antigua en el cuidado de sí, el sujeto en su encuentro con lo real debe mirar las cosas en su multiplicidad y su discontinuidad. Aplicado al sí mismo nos mostrará que ni siquiera “lo que creemos nuestra identidad, o aquello en que suponemos necesario ubicarla o buscarla, garantiza nuestra continuidad. Siempre somos, al menos como cuerpo e incluso como pneuma, algo discontinuo con respecto a nuestro ser. Nuestra identidad no está allí” (Foucault, 2018, p. 294).

Apuntes sobre el cuidado de sí

En 1982 Foucault (2008) contextualiza su trabajo como trazar una historia, en occidente, de las diferentes maneras en que el ser humano desarrolla un saber acerca de sí mismo. En 1980, Foucault (2016) mencionaba que persigue una genealogía del sujeto moderno. Este proyecto resulta de su interés más amplio sobre la relación histórica entre “la obligación de decir la verdad y las prohibiciones sobre la sexualidad” (Foucault, 2008, p. 46). Se ocupará, entonces, durante el último tramo de su pensamiento sobre aquellas prácticas que posibilitan a los seres humanos convertirse a sí mismo en sujetos (Foucault, 2001).

Así es como arriba a una preocupación por las tecnologías del yo. Origen de la hermenéutica de sí que rastreará en la cultura pagana grecorromana y el cristianismo primitivo. Entre el principio delfico “conócete a ti mismo” y la obligación del “confiesa tus pecados” monástico, el cogito cartesiano y el diván psicoanalítico, hay una historia de entrelazamientos y desplazamientos (Foucault; 1987; 2005; 2008; 2016; 2018).

No en vano llega a afirmar que el ser humano occidental “ha llegado a ser un animal de confesión” (Foucault, 2005, p. 75). Y, a diferencia de los animales, los seres humanos “no han sido dotados, en cambio, de todas esas ventajas que los eximirían de ocuparse de sí mismos” (Foucault, 2018, p. 196). Estas referencias a la animalidad son interesantes en cuanto a nuestro tema, sobre todo, en relación con el énfasis de Foucault sobre la identidad como nunca idéntica a sí misma, porque el sujeto no es una sustancia sino una forma (Foucault, 1999).

Foucault (2008) identifica cuatro tipos principales de tecnologías: 1. Tecnologías de producción, 2. Tecnologías de sistemas de signos, 3. Tecnologías de poder y 4. Tecnologías del yo. Hubo una época en que su trabajo estuvo orientado sobre todo a las tecnologías de poder y dominación, por ejemplo, en el caso de la disciplina (Foucault, 2012). Luego, las tecnologías del yo ocupan su atención.

Aquellas prácticas que permiten a los individuos “efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos” (Foucault, 2008, p. 48). Estas técnicas de sí implican modos de regular la propia conducta, fijarse uno mismo en tanto “procedimientos, existentes, sin duda en cualquier civilización, que son propuestos o prescritos a los individuos para fijar su identidad, mantenerla o transformarla” (Foucault, 1999, p. 255).

Así es como arribamos al concepto de *epimelesthai sautou* o “cuidado de sí” y su relación con el “conocimiento de sí” como parte de estos procedimientos. Para Foucault (2018) existen tres modelos sobre la inquietud de sí: el modelo platónico, helenístico y cristiano. Recubierto el segundo modelo helenístico, por los otros dos, Foucault retomará bastante la práctica del ocuparse de sí de la época histórica centrada en el imperialismo romano de los siglos I y II.

Distinciones generales del cuidado de sí

Primero que todo la *epimeleia* fue un principio profundamente expandido durante la antigüedad y no estaba reducido a la vida filosófica. No obstante, se consagrará en esta última como un modo propiamente filosófico en el cual, individuo y vida se coextienden en la *tekhne tou biou* o arte de vivir (Foucault, 2018). En todo caso, la edad para cuidar de sí varía según la época. En un primer momento, en el modelo platónico, el cuidado de sí estaba abocado a lo que hoy llamamos la etapa de la adolescencia, mientras que, en el modelo helenístico, la adultez y sobre todo la madurez de la vejez se realzan.

En este segundo momento se configura una verdadera “cultura de sí” ligada a la *paideia* (formación) y el cuidado como actitud permanente durante la vida. Aunque no deja de asociarse al ocio y de cierto modo a la aristocracia (Foucault, 2018). En esta estética de sí –la vida como obra de arte– ocuparse de sí implica conocerse. “Conocerse a sí mismo” es un modo de ocuparse y cuidarse a sí mismo. En este proceso, un otro como mediador es fundamental (Foucault, 2018).

Siguiendo al pensador francés (1994) podríamos relevar los siguientes aspectos generales de la *epimeleia* en la relación consigo mismo: 1. Actitud general: se trata de una actitud permanente consigo mismo, los otros y el mundo. 2. Forma de atención: apunta a una reconversión de la mirada y vigilancia de afuera hacia dentro, privilegiando al yo y la relación consigo. 3. Modo de actuar: hacerse cargo de sí mismo, comportándose de forma que induzca una transformación de sí. 4. Manera de ser: modo de existir éticamente preparándose para enfrentar los acontecimientos de la vida.

Por otro lado, el énfasis de la *epimeleia* cambia del modelo socrático-platónico en su tránsito a la edad de oro del cuidado de sí en el modelo helenístico. En el primer modelo, Foucault (2008, 2018) destaca cuatro ejes problemáticos principales:

1. La ciudad y la actividad política: la inquietud es vista como un privilegio y deber de gobernar a otros, ejercer el poder en las polis griegas requiere necesariamente aprender a gobernarse a sí mismo, ser soberano de sí. 2. La pedagogía: cuidarse requiere obtener un saber y arte que no se posee, es decir, salir de la ignorancia al cuadrado: ignorar que se ignora. Educación que ha sido insuficiente. 3. Cuidado de sí y conocimiento de sí: autoconocimiento. Abarca la pregunta por el sí mismo a cuidar ¿qué es este sí mismo del que debe uno ocuparse? ¿qué significa cuidar? 4. El eros: amor entre discípulo y maestro debe fundarse no en el uso del cuerpo, sino el cuidado del alma, preocuparse por cómo el otro se preocupa de sí.

En el modelo helenístico, la preocupación por sí mismo se convirtió en un principio general e incondicional, además, ya no se trata de gobernar a los otros en el sentido de cuidarse a sí para volver a la ciudad, o sea, un yo inquieto de sí mediado por las polis, “Ya no es un elemento de transición hacia otra cosa, que sería la ciudad o los otros. El yo es la meta definitiva y única de la inquietud de sí” (Foucault, 2018, p. 177). También, desborda el autoconocimiento. Se convertirá en una práctica plural en sus formas, donde el yo seguirá siendo el protagonista en su camino a “residir en sí mismo” o “refugiarse en sí”.

Sigue estando presente la transformación del yo entendida como pasaje o tránsito, conversión a sí o metanoia. Dos figuras representan este cuidado de sí: 1. modelo jurídico político: llegar a ser soberano de sí mismo, ser independiente en el dominio de sí, no sólo atendiendo a las virtudes y la relación con la verdad, sino prepararse para los acontecimientos de la vida. 2. Modelo goce posesivo: “gozar de sí, complacerse consigo mismo, encontrar en sí mismo toda la voluptuosidad” (Foucault, 2018, p. 470).

En definitiva, la función de la *epimeleia* cambia (Foucault, 2018). Surge con mayor fuerza: 1. Función crítica: cuidar de sí mismo requiere desaprender malas costumbres y vicios recibidos por el entorno familiar, educativo y social. 2. Función de lucha: la práctica de sí es un combate sostenido y permanente que dura toda la vida. Se obtiene la teoría y práctica mediante ejercicios particulares. 3. Una función curativa-terapéutica: práctica más cercana al modelo médico que al pedagógico. La filosofía buscar curar las enfermedades del alma. El concepto de pathos aplica aquí tanto para las enfermedades del cuerpo como para las pasiones del alma.

Si bien en la inquietud de sí la primacía del yo como objeto de cuidado se fortalece en el segundo modelo, la preocupación por los otros, en sentido comunitario y político, no desaparece (Foucault, 2018). Tampoco desaparece el aspecto formativo (el Otro como mediador) y la corporalidad se recupera.

1. Aspecto formativo: el elemento pedagógico se va modificando como se ha dicho. En el modelo socrático-platónico la crítica de la enseñanza y la primacía de la ignorancia, o sea, formarse y saber para gobernar a otros como arte o *tekhne*, cambia a la formación en tanto preparación para las desgracias y eventualidades de la vida. Es decir, como mecanismo de seguridad, armazón protector, llamado *paraskeue*. Tránsito de la formación/saber con un fondo de ignorancia, a la corrección/liberación con un fondo centrado en los errores (Foucault, 2018).

2. El Otro como mediador: de acuerdo con Foucault (2018) para que la práctica de sí alcance al yo y se obtenga acceso al discurso verdadero o *logoi*, es indispensable el otro. De ahí que las figuras del maestro y discípulo, las escuelas filosóficas, la consejería privada y la relación de amistad sean importantes. Destacan, el modelo del ejemplo (cómo comportarse), la competencia (transmisión de conocimientos y principios) y la turbación (Sócrates). Sin embargo, el juego de la ignorancia, el no saber y la memoria transita en el modelo helenístico a la formación y reforma del individuo a corregir.

Dos consideraciones: la *stultitia* y la *parrhesia*. La primera apunta a quienes no se preocupan de sí, resuena la palabra estulticia. Cuidarse significa salir de la ignorancia o no saber. La segunda, aplica como una “ética de la palabra” en el encuentro relacional, donde los interlocutores “abren su corazón” y no se ocultan nada (Foucault, 2018). Aquí la amistad y el “decir veraz” o hablar francamente son parte de una generosidad que se convertirá en la confesión cristiana (Foucault, 1994). Además, en la relación con otro, diversas técnicas que también se modificarán, se utilizan para vincular sujeto y verdad: ética del silencio, escucha, lectura y escritura personal, autoexamen, meditación y ejercicios ligados al cuerpo, etc. (Foucault, 1994, 2018).

3. Cuerpo: si en el modelo platónico el alma como sí mismo se encuentra prisionera del cuerpo –imagen del cuerpo como soma-sema (cuerpo-tumba)–, el cuidado de sí es cuidado del alma, pero luego, en el modelo helenístico, existirá una reintegración y un “resurgimiento del cuerpo como un objeto de preocupación, de modo que ocuparse de sí será a la vez ocuparse del alma y del cuerpo” (Foucault, 2018, pp. 113-114). Ya no se trata

de liberarse del cuerpo, tampoco del mundo de las apariencias. Así, la dietética, la economía y la erótica serán los dominios de aplicación del cuidado de sí, relacionado al cuerpo, al entorno y la casa y el amor respectivamente, como ámbitos de reflexión y práctica de sí (Foucault, 2018).

Para ir cerrando este esbozo, tres cuestiones fundamentales para entender la práctica del cuidado de sí. Me refiero al movimiento como retorno a sí mismo, la espiritualidad y las metáforas asociadas.

1. Retorno a sí mismo: es quizás una de las imágenes más bellas de la inquietud de sí. Se trata del desplazamiento y retorno de sí mismo como trayectoria circular. Relacionada a la conversión de sí o metanoia. El regreso a sí es “con seguridad una de las tecnologías más importantes que conoció occidente” (Foucault, 2018, p. 206). Uno se dirige al yo como encaminándose a una meta en el porvenir, un blanco en el horizonte “el yo aparece en el fondo como la meta, el término de una trayectoria incierta y eventualmente circular, que es la trayectoria peligrosa de la vida” (Foucault, 2018, p. 245). No es solamente colocar atención o mirarse a sí, sino que existe un desplazamiento y retorno real.

2. Espiritualidad: distinguiendo entre esta y la filosofía como una forma de pensamiento que determina condiciones, límites, posibilidades del sujeto en el acceso a la verdad, “se podría denominar espiritualidad a la búsqueda, a la práctica, a las experiencias a través de las cuales el sujeto realiza sobre sí mismo las transformaciones necesarias para tener acceso a la verdad” (Foucault, 1994, p. 38). Se relaciona directamente con los ejercicios y prácticas diversas en los tres modelos. Por ejemplo, la *ascesis* o *askesis* como saber del sujeto sobre sí, distinto pero relacionado con el saber del mundo *mathesis*, todo lo cual conforma un saber espiritual.

Foucault (1994) destaca 3 características de la espiritualidad: 1. Implica la transformación del sí mismo en algo distinto. 2. La transformación se realiza mediante el impulso del eros. 3. La transformación produce acceso a la verdad que afecta al sujeto. Con lo cual se obtiene la tranquilidad del espíritu o *ataraxia*.

3. Metáforas: permanecen diversas imágenes (Foucault, 1994; 1999; 2018). Una de las más reconocidas de la *epimeleia* es la del atleta, quien no aprende todos los

movimientos, sino que se prepara únicamente con lo necesario para enfrentar un obstáculo o a su adversario. Aquí se trata de un atleta de la vida, ligado a la idea de prepararse permanentemente para el combate. Además, relacionado al retorno de sí, encontramos las imágenes del trompo y la navegación. El trompo gira sobre sí mismo en un movimiento constante desde el exterior, la meta será entonces fijarse en el centro, permanecer fijo en el centro de sí mismo.

En cuanto a la navegación, alude al trayecto de un punto a otro, se trata de una odisea con riesgos frente a la cual hay que saber pilotear la nave para llegar a puerto. Aprender a llegar a sí mismo y saberse un pequeño punto en el océano de la vida.

La imagen del arte del pilotaje y la navegación, técnica, saber teórico-práctico, también se conecta como metáfora con la medicina (terapéutica), el gobierno de los otros (política) y el gobierno de sí mismo (ética y estética). Y, por último, también asociado al retorno a sí, encontramos la imagen de la fortaleza y el refugio. Uno cuida de sí para alcanzarse como refugio y permanecer en la fortaleza de sí ante los infortunios de la vida.

Ocaso de la inquietud pagana

Hay algo de la práctica del cuidado de sí pagano, sobre todo del segundo modelo helenístico, muchos puntos en realidad, que pareciera capturar la atención de Foucault. Todo aquello excede esta investigación. Sin embargo, se puede resumir de la siguiente manera opuesta al cristianismo: “el sí mismo, al contrario, no debe descubrirse sino constituirse, constituirse por la fuerza de la verdad” (Foucault, 2016, p. 56). La inquietud de sí está asociada a la potenciación del sí mismo. Algo que habría que considerar en “la ética del cuidado de sí como practica de la libertad” (Foucault, 1999).

Y, después de todo su ocaso. La práctica del cuidado de sí cristiana reunida en, por ejemplo, las formas de la confesión y la renuncia de sí, ha vencido (Foucault, 2016; 2018). Diversas son las razones del declive. Foucault (2008) menciona primero la renuncia de sí como principio de salvación en el cristianismo, segundo, el conocimiento del yo centrado en el sujeto pensante. Lo que denominará el momento cartesiano (Foucault, 2018).

El efecto de ambas razones será la inversión de la jerarquía de los dos principios *epimelesthai sautou* y *gnothi seauton*: “En la cultura grecorromana el conocimiento de sí

se presentaba como la consecuencia de la preocupación por sí. En el mundo moderno el conocimiento de sí constituye el principio fundamental” (Foucault, 2008, p. 55).

1. Renuncia de sí: En el cristianismo se buscará la teatralidad pública de la penitencia del cuerpo como castigo, junto con la confesión de los pecados como nuevo modo de descifrar la pureza de los pensamientos, nuevo examen de conciencia que requerirá una inversión: ya no la escucha del otro, sino la verbalización de la verdad. Prácticas comprendidas como: exomologesis y exagoreusis (Foucault, 2016). A diferencia del modelo helenístico, aquí en lugar de constituirse a sí mismo, habrá una renuncia de sí en tanto ruptura, sacrificio e incluso destrucción de sí que hemos heredado para nuestra época contemporánea (Foucault, 2008; 2016).

En la práctica cristiana del cuidado de sí “El yo se convierte en un yo que ha renunciado a sí mismo”, en cambio en la cultura pagana “si hay ruptura, ésta no se produce en el yo [...] No es, dentro del yo [...] es una ruptura con respecto a lo que rodea al yo. Hay que efectuarla en torno al yo, para que éste no sea más esclavo, dependiente y forzado (Foucault, 2018, pp. 210-211).

En la antigüedad, para salvarse no hay que renunciar sino aprender a afrontar lo real, en lugar de renunciar a la realidad de este mundo por otro y a sí mismo de forma obediente y pastosa. Se trata de “reunirse consigo mismo como fin y objeto de una técnica de vida, un arte de vivir [...] no es el de la objetivación de sí en un discurso de verdad sino el de la subjetivación de un discurso de verdad en una práctica y un ejercicio de sí sobre sí mismo” (Foucault, 2018, p. 317). Parte de un proceso de autosubjetivación relacional que mutará en el cristianismo.

2. Momento cartesiano: Se refiere a un cambio paulatino rastreable entre la época antigua a la moderna durante el cual, el conocimiento, sin transformación del sujeto como práctica de sí, permite tener acceso a lo verdadero. Esta disociación significa que la espiritualidad como afectación del sujeto se descarta y el acto de conocimiento del sujeto cognoscente será lo fundamental. Por consiguiente, “El aspecto de iluminación, el aspecto del cumplimiento, el momento de la transfiguración del sujeto por el efecto de “contragolpe de la verdad” que él conoce sobre sí mismo, y que estremece, atraviesan, transfigura su ser, todo eso ya no puede existir” (Foucault, 2018, p. 37).

Esta ausencia de espiritualidad se encuentra desconectada de aspectos relevantes de la práctica del cuidado de sí de la antigüedad, particularmente de la posibilidad de ser uno mismo objeto de cuidado y preocupación permanente, como lo señalado en el retorno a sí mismo, ya que el conocimiento de sí y del mundo, los discursos verdaderos, etc., no ejercen hoy posibilidad de formar un ethos: “Ethopoiein quiere decir: hacer ethos, producir ethos, modificar, transformar el ethos, la manera de ser, el modo de existencia de un individuo” (Foucault, 2018, p. 233).

Se trata entonces de la desaparición de un saber “etopoético” que produciría una manera de ser en el mundo bajo la premisa de que hay que cuidar de sí mismo, en tanto estética de sí. Hoy el saber no afecta ni transfigura, se acumula y capitaliza. En la antigüedad pagana, el cuidado de sí es ético en sí mismo, pero para practicar la libertad – como relación con los otros– hay que ocuparse de sí. En la *epimeleia* “el cuidado de sí es éticamente lo primordial, en la medida en que la relación consigo mismo es ontológicamente la primera” (Foucault, 1999, p. 400).

Para ir finalizando, Foucault menciona un aspecto interesante de la *epimeleia* sobre su ocaso. Se trata de cierta melancolía. Preocuparse de sí pierde valor y se carga de connotaciones negativas, privilegiando el conocimiento de uno mismo (Foucault, 1994). En el cristianismo ha prevalecido una “ética general de no-egoísmo”, contexto para la primacía de la renuncia de sí. Además, percibe en la figura del Fausto de Goethe, “la última formulación nostálgica de un saber de espiritualidad que desaparece con la *Aufklärung*” (Foucault, 2018, p. 300). Ocuparse para transformarse se desestima. Renuncia y Razón vencen la inquietud de sí.

Quizás en la posibilidad del “cuidado de sí como práctica de la libertad” aparece cierta fuerza, incluso melancólica, no sólo como inquietud por un saber espiritual olvidado o alcanzable, sino como resistencia y necesidad de un conocimiento que incluya la preocupación como una labor crítica sobre sí mismo. En la medida que invita no a descifrar la pregunta “¿quién soy?”, tampoco a “renunciar a sí mismo”, sino a buscar los modos de constitución, mediante la transformación del ser y no únicamente la adquisición del saber. Tanto la práctica clínica con nuestros pacientes como la formación de terapeutas podrían beneficiarse con estas consideraciones estéticas para la vida.

La práctica del cuidado de sí, comprendida como inquietud, preocupación y ocupación permanente sobre sí mismo, parte de una estética de sí como trayectoria circular, guarda materiales valiosos para mirar los procesos subjetivos, en relación con la práctica clínica y la formación de terapeutas. En el primer caso como búsqueda de una nueva salud, en ambos como un ethos terapéutico y crítico.

Desde una perspectiva relacional, la *epimeleia* no es una apología de la individualidad. A diferencia de la “renuncia de sí” cristiana en la cual el yo padece una ruptura en su interior y se pierde en la objetivación de sí, cuidar de sí conlleva la potenciación del ser en el esfuerzo de su constitución, donde los otros son indispensables para esa conquista. Retornar a sí a partir de otros y otras, para luego volver a la comunidad. Elementos ético-políticos y estéticos se trenzan en esta estética de sí.

Aquí resuenan con fuerza los trabajos de Michael White y Peter Rober. El primero, junto a David Epston, desarrollaron todo un arte en torno a la escritura y la posibilidad de nuevas narraciones como horizonte de cuidado ante los contextos políticos. El segundo, a propósito de la conversación interna, dialógica, de cada terapeuta, ha creado todo un estilo de relación terapéutica y un modelo de formación para aprender a supervisarse a sí mismo.

Además, si bien la inquietud de sí pagana confiere una preocupación al cuerpo, al menos en el modelo helenístico, la corporalidad en la tradición sistémica sigue siendo algo esquivo. Las terapias posmodernas son consideradas desencarnadas precisamente por la relevancia de los signos en lugar de la materialidad del cuerpo.

A mi juicio, lúcidos en esa preocupación y recuperación de la corporalidad, respectivamente, son las concepciones de Bateson por un lado y de Pakman y Zamorano por otro: el sí mismo relacional-ecológico y el sí mismo poético-sagrado.

Por otro lado, para los procesos terapéuticos y la formación, no es menor la distinción entre información y conocimiento, adquisición del saber versus transformación del ser –este incorpora el “conocimiento de sí” y la corporalidad–, e implica un reto en torno a la espiritualidad como saber “etopoético”.

En definitiva, la práctica del cuidado de sí ha estado presente de un modo u otro en este recorrido de la tradición sistémica, aunque no siempre estuvo garantizado el sí mismo. Se distinguen desplazamientos interesantes en la segunda mitad del siglo XX

respecto al “sí mismo sistémico”. De la organización, observación y epistemología, se transita a un reconocimiento creciente del sí mismo, etapa en la que se acentúa el lenguaje, la conversación y la ontología.

Como Foucault planteaba en su curso, me parecen interesantes las preguntas: “¿qué es ese sí mismo del que hay que ocuparse?” y “¿en qué debe consistir esa ocupación, esa inquietud, esa epimeleia?” (Foucault, 2018, p. 65). Se trata de algún modo de discernir cuál sí mismo voy a cuidar y qué tipos de tecnologías del yo serán la terapia y la formación, diferentes según cada modelo. Creo que ambas consisten en espacios de potenciación de la íntima relación estética consigo mismo, pero no entendida como autocuidado, sino como práctica del cuidado de sí.

En esta historia del “sí mismo sistémico” no sólo su trazo se ha ido coloreando con mayor fuerza, también se entrelazan elementos comunes de algunas de las diferentes concepciones del sí mismo: perspectiva descentrada, discontinua y aporética del yo, emergente a partir de un trasfondo relacional del sentido. En lugar de esencialista, dualista e incorpóreo. Un sí mismo en devenir en lugar de una identidad consagrada. Cada sí mismo ha de ser inventado. Y, en aquel proceso artístico, la noción del “cuidado de sí” contribuye tanto a su valoración como al desafío de su constitución.

Referencias bibliográficas

- Andersen, T. (1994). *El equipo reflexivo. Diálogos y diálogos sobre los diálogos*. Gedisa.
- Anderson, H. & Goolishian, H. (1988). Human Systems as Linguistic Systems: Preliminary and Evolving Ideas about the Implications for Clinical Theory. *Family Process*, 27 (4), 371-394.
- Anderson, H., & Goolishian, H. (1992). The client is the expert: A not-knowing approach to therapy (pp. 25-39). En S. McNamee & K.J. Gergen (Eds.). *Therapy as social construction*. Sage.
- Anderson H. (1999). *Conversación, lenguaje y posibilidades. Un enfoque posmoderno de la terapia*. Amorrortu.
- Anderson, H. (2007). Terapias construccionistas sociales postmodernas. *Hipnopolis*. 5 (4), 2-34.
- Anderson, H. (2012). Collaborative Relationships and Dialogic Conversations: Ideas for a Relationally Responsive Practice. *Family Process*, 51 (1), 1-20.
- Bateson, G. Jackson, D. Haley, J. & Weakland, J. (1956). Toward a theory of schizophrenia. *Behavioral Science*, 1(4), 251- 254.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. University of Chicago Press.
- Bateson, G. (2006). *Una unidad sagrada. Pasos ulteriores hacia una ecología de la mente*. Gedisa.
- Bertrando. P. (2000). Text and context: narrative, postmodernism and cybernetics. *Journal of Family Therapy*, 22, 83-103.

- Bertrando, P. (2002). La scatola vuota. Usi della teoria sistémica. *Connessioni nuova serie*, 11, 37-52.
- Bertrando, P. (2011). *El diálogo que conmueve y transforma*. Pax México S.A.
- Bertrando P. & Bianciardi M. (2002). Terapia etica. Una proposta per l'epoca postmoderna. *Terapia Familiare*, 69, 5-26.
- Bertrando, P. & Toffanetti, D. (2004). *Historia de la terapia familiar: los personajes y las ideas*. (1era ed.). Paidós.
- Besoain, C. Cuevas, P. Araya, C, Angulo, S., & Morales, R. (2019). Consideraciones crítico-poéticas para pensar la clínica sistémica relacional: propuesta metodológica para investigación en psicoterapia. *Rev.CES Psico*, 12 (2), 83-102.
- Bianciardi M. (1993). *El observador ciego. Hacia una teoría del sujeto. Psicoterapia y Familia*, 6 (2).
- Bianciardi, M. (1998). Complessità del concetto di contesto. *Connessioni nuova serie*, 3, 29-45.
- Bianciardi M. & Bertrando P. (1998). Sistema e contesto nell'epoca del testo. *Connessioni nuova serie*, 3, 5-8.
- Bianciardi, M. (2006). Imposibilidad y necesidad de una terapia "batesoniana". Recuperado de: <http://eqtasis.cl/wp-content/uploads/2018/03/Bianciardi-Marco-Imposibilidad-y-necesidad-de-una-terapia-batesoniana.pdf>
- Bianciardi M. (2010). Evoluzione del pensiero sistemico e pratica clinica. *Riflessioni sistemiche*, 2, 191-202.

- Bianciardi, M. (2012a). El sujeto ético (pp.71-84). En Bianciardi, M. & Gálvez, F. (Comp.). Psicoterapia como ética condición posmoderna y responsabilidad clínica. Colección Praxis Psicológica Universidad de Chile.
- Bianciardi, M. (2012b). Complejidad del encuentro y el 'ethos' subjetivo (pp.137-148). En Bianciardi, M. & Gálvez, F. (Comp.). Psicoterapia como ética condición posmoderna y responsabilidad clínica. Colección Praxis Psicológica Universidad de Chile
- Boscolo, L. & Bertrando, P. (1996). *Terapia sistémica individual*. (1era ed.). Amorrortu.
- Boscolo, L. & Bertrando, P. (1997). Terapia sistemica e linguaggio. Dall'interesse per l'organizzazione del sistema alla centralità del linguaggio. *Connessioni*, 1, 13-25.
- Carey, M., Walther, S., & Russell, S. (2009). The absent but implicit: A map to support therapeutic enquiry. *Family Process*, 48(3), 19-331.
- Carreón, J. & Padilla, S. (2021). Consideraciones genealógicas para la práctica clínica sistémica: alcances en torno a la subjetividad. *Límite | Revista Interdisciplinaria de Filosofía y Psicología*, 16 (9), 1-13.
- Cecchin, G. (1989). Hypothesizing, Circularity, and Neutrality Revisited: An Invitation to Curiosity. *Family Process*, 26, 405-413.
- Cebero, M. & Watzlawick, P. (2006). *La construcción del universo*. Herder.
- Foucault, M. (2012). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*. Siglo veintiuno editores.
- Foucault, M. (2001). El sujeto y el poder (pp. 241-259). En Dreyfus, H. & Rabinow, P. *Michel Foucault: Más allá del estructuralismo y la hermenéutica*. (1era ed.). Nueva visión.

- Foucault, M. (2005). *Historia de la sexualidad. Volumen 1. La voluntad de saber*. (1era ed. 2ª reimp.). Siglo XXI.
- Foucault, M. (1987). *Historia de la sexualidad. Volumen 3. La inquietud de sí*. (1era ed.). Siglo XXI.
- Foucault, M. (1994). *Hermenéutica del sujeto*. La piqueta.
- Foucault, M. (2018). *La hermenéutica del sujeto*. (6ª reimp.). Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2016). *El origen de la hermenéutica de sí*. Siglo Veintiuno.
- Foucault, M. (2008). *Tecnologías del yo. Y otros textos afines*. Paidós.
- Foucault, M. (1999). *Estética, ética y hermenéutica*. Paidós.
- Gálvez, F. (2010). La construcción de personajes terapéuticos. Propuesta para una formación en psicoterapia observante de la posmodernidad (pp. 133-159). En Felipe Gálvez (Comp.) Formación en y para una psicología clínica. Colección Praxis Psicológica-Universidad de Chile.
- Gergen, K. (2018). *El yo saturado. Dilemas de identidad en el mundo contemporáneo*. Paidós.
- Haley, J. (1976). *Problem-Solving Therapy*. Jossey-Bass.
- Hermans, H. Kempen, H. & van Loon, R. (1992). The Dialogical Self. Beyond Individualism and Rationalism. *American Psychologist*, 47 (1), 23-33.
- Hermans, H. (2001). The Dialogical Self: Toward a Theory of Personal and Cultural Positioning. *Culture & Psychology*, 7 (3), 243-281.

- Limón, G. (2005). *El giro interpretativo en psicoterapia: terapia, narrativa y construcción social*. (1era ed.). Pax México.
- Lyotard, J. (1987). *La condición posmoderna. Informe sobre el saber*. Cátedra.
- Minuchin, S. (1967). *The families of the slums*. Basic Books.
- McNamee, S. & Gergen, K. (1996). *La terapia como una construcción social*. Paidós.
- Morales, R. & Gálvez, F. (2012). Ética de la responsabilidad en psicoterapia desde una aproximación posmoderna (pp.35-57). En Bianciardi, M. & Gálvez, F. (Comp.). *Psicoterapia como ética condición posmoderna y responsabilidad clínica*. Colección Praxis Psicológica Universidad de Chile.
- Morales, R. (2010). Psicoterapia sistémica, micropolítica y subjetividad: alcances en torno a la formación (pp. 45-67). En Felipe Gálvez (Comp.), *Formación en y para una psicología clínica*. Colección Praxis Psicológica, Universidad de Chile.
- Pakman, M. (2011). Palabras que permanecen, palabras por venir. *Micropolítica y poética en psicoterapia*. (1era ed.). Gedisa.
- Pakman, M. (2014). *Texturas de la imaginación. Más allá de la ciencia empírica y del giro lingüístico*. (1era ed.). Gedisa.
- Pakman, M. (2020). Un giro crítico-poético para la práctica sistémica. *Redes*, 42, 19-24.
- Rober, P. (1999). The therapist's inner conversation: Some ideas about the self of the therapist, therapeutic impasse and the process of reflection. *Family Process*, 38, 209-228.

- Rober, P. (2002). Some hypotheses about hesitations and their nonverbal expression in the family therapy session. *Journal of Family Therapy*, 24, 187-204.
- Rober, P. Lerner, G. & Paré, D. (2004). The Client's Nonverbal Utterances, Creative Understanding & the Therapist's Inner Conversation (pp.109-124). En Strong, T. & Paré, D. (Eds.). *Furthering Talk: Advances in the Discursive Therapies*. Kluwer Academic / Plenum Publishers.
- Rober, P. (2005a). The Therapist's Self in Dialogical Family Therapy: Some Ideas About Not-Knowing and the Therapist's Inner Conversation. *Family Process*, 44, 477-495.
- Rober, P. (2005b). Constructive hypothesizing, dialogic understanding and the therapist's inner conversation: some ideas about knowing and not knowing in the family therapy session. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28, 467-478.
- Rober, P. (2011). The therapist's experiencing in family therapy practice. *Journal of Family Therapy*, 33, 233-255.
- Rober, P. (2017). Addressing the Person of the Therapist in Supervision: The Therapist's Inner Conversation Method. *Family Process*, 56, 1-15.
- Seikkula, J. (2011). Becoming Dialogical: Psychotherapy or a Way of Life? *The Australian and New Zealand Journal Of Family Therapy*, 32(3), 179-193.
- Selvini-Palazzoli, M. Boscolo, L. Cecchin, G. & Prata, G. (1980). Hypothesizing--circularity--neutrality: three guidelines for the conductor of the session. *Family Process*, 19 (1), 3-12.
- Watzlawick, P. Beavin, J. & Jackson, D. (1967). *Pragmatics of Human Communication*. Norton.

- Winslade, J. (2009). Tracing Lines of Flight: Implications of the Work of Gilles Deleuze for Narrative Practice. *Family Process*, 48 (3), 332-46.
- White, M. & Epston, D. (1992). *Experience, contradiction, narrative, and imagination: Selected papers of David Epston and Michael White, 1989–1991*. Dulwich Centre Publications.
- White, M. & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós Ibérica.
- White, M. (2000). Re-engaging with history: The absent but implicit (pp. 35-58). En M. White (Ed.). *Reflections on narrative practice*. Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2004). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Gedisa.
- Zamorano, C. (2005). Psicoterapia y Biología del Conocer: Una proposición teórica. *De Familias y Terapias*, 13 (21), 101-108.
- Zamorano, C. (2014). *Consideraciones conceptuales en Francisco Varela para una clínica relacional del sentido*. [Tesis de Doctorado, Universidad de Chile]. Repositorio Universidad de Chile.
- Zamorano, C., Ramírez, F. & Cuevas, P. (2022). The Sacred in Psychotherapeutic Practice: Ethical Reflections from Bateson and Bateson. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*. Doi: 10.1002/anzf.1507