

## DE MICHEL A MICHAEL: DE CUERPOS DÓCILES A ESPÍRITUS ANIMADOS

From Michel to Michael: from docile bodies to enlivened spirits

José Ignacio Carreón Catalán<sup>1</sup>

Universidad Mayor, Santiago de Chile

jose.carreon@umayor.cl

### Resumen

Parece estar escrito sobre piedra que las terapias posmodernas se han disociado completamente del cuerpo. Particularmente la terapia narrativa en el uso de la metáfora del texto, en su esfuerzo por transformar los relatos dominantes y significados de las experiencias de vida de las personas en relatos alternativos. Ante las consideraciones desencarnadas de esta práctica clínica, se propone una revisión del cuerpo dócil de Michel Foucault y su transformación en espíritu animado en Michael White, movimiento que mira la constitución de subjetividad como identidad políticamente encarnada. A modo de hipótesis, es en la terapia narrativa donde se inaugura un nuevo modo de pensar la corporalidad y su nexa con la revitalización del “sentido de sí mismo”. Además, las reflexiones serán acompañadas de un caso clínico.

*Palabras clave:* cuerpos dóciles, identidad, espíritus animados, Foucault, White.

### Abstract

It seems to be written in stone that postmodern therapies have completely dissociated themselves from the body. Particularly narrative therapy in its use of text metaphor, in its

---

<sup>1</sup> Psicólogo Clínico y Magíster en Psicología Clínica de Adultos.  
<https://orcid.org/0000-0002-4146-0359>.

Artículo inspirado por el espíritu curioso e inquieto de las y los estudiantes de posgrado del *Magíster en Psicoterapia de familia, pareja e individuo enfoque constructivista interaccional* de la Universidad Mayor, Santiago, Chile. Gracias por sus preguntas provocativas sobre el cuerpo que inspiran este escrito. Asimismo, agradezco profundamente la autorización y jovialidad de mi paciente para publicar la intimidad de su historia.

effort to transform the dominant narratives and meanings of people's life experiences into alternative narratives. Given the disembodied considerations of this clinical practice, a review of Michel Foucault's docile body and its transformation into an enlivened spirit in Michael White is proposed, a movement that looks at the constitution of subjectivity as a politically embodied identity. As a hypothesis, it is in narrative therapy where a new way of thinking about corporality and its connection with the revitalization of the "sense of myself" is inaugurated. Also, the reflections will be accompanied by a clinical case.

*Keywords:* docile bodies, identity, enlivened spirits, Foucault, White.

*Fecha de Recepción:* 01/03/2025 — *Fecha de Aceptación:* 10/05/2025

### **Prefacio al cuerpo narrativo**

La terapia narrativa mira al cuerpo. Michael White posa su atención en la corporalidad: por ejemplo, la encopresis infantil y la anorexia nerviosa (White, 1984, 2004a; White & Epston, 1993). Pero no se trata del cuerpo biológico, sino del cuerpo en su relación con el poder. He aquí un gran supuesto dilema: el cuerpo desaparece tanto en las interacciones cibernéticas del cuerpo familiar como en la nube de signos de las terapias posmodernas. Clasificación que recibe la terapia narrativa (Tarragona, 2013).

Algunas de las grandes críticas se extienden al peligro de reificar la metáfora del texto en desmedro del contexto y la corporalidad, produciendo diálogos desencarnados (Bertrando, 2000). Por ende "oscureciendo la relevancia de la interacción corporal" (Bertrando & Gilli, 2008, p. 368). Asimismo, la sobrevaloración de los significados acarrea el riesgo de ubicarse en la abstracción de los signos en lugar de la vida sensible y material (Pakman, 2011, 2014). En definitiva, todo apunta a una práctica lingüística disociada del cuerpo (Zamorano & Rojas, 2017).

La metáfora cibernética y la analogía del texto, es decir, "cuerpo familiar" y "sujeto como texto", al parecer nublan el pensamiento y la presencia del cuerpo singular, pero no del

todo. Su presencia, aunque inadvertida, ha permanecido en la práctica clínica (Bertrando & Gilli, 2008). Ahora bien, este supuesto desvanecimiento del cuerpo en ambas metáforas alcanzaría su punto más álgido en la segunda, frente a lo cual no hay que olvidar que el texto es una ficción (Bertrando, 2000)<sup>2</sup>.

Recordemos que la preocupación de la terapia sistémica transita de la organización del sistema hacia el “giro lingüístico”: la consideración de los sistemas humanos como sistemas lingüísticos (Anderson & Goolishian, 1988), la analogía del texto (White & Epston, 1993) y la performatividad del lenguaje (Boscolo & Bertrando, 1998). Si bien entusiasma el tránsito de la “familia al individuo” (Boscolo & Bertrando, 1996; Bowen, 1991) y del “contexto de Bateson al texto de Derrida” (Bertrando, 2000, p. 86), curiosamente genera anticuerpos en torno a la metáfora narrativa.

Antes, la cuestión rondaba sobre la observación de los mensajes analógicos, elemento pragmático de la comunicación relacional del cuerpo familiar (Watzlawick *et al.*, 1967). Enfatizando el contexto y el valor pragmático del sistema en lugar de lo sintáctico y semántico, el gran problema fue la metáfora de la “caja vacía” (Bertrando, 2002)<sup>3</sup>. Paulatinamente dos de las grandes presencias ausentes en la terapia sistémica se irán trazando con más fuerza: la corporalidad y el sí mismo (Carreón, 2023). Me parece que es en la práctica narrativa donde se reanudan ambas de manera integrada.

Quizás es algo apresurado sugerir que la terapia narrativa se distancia del cuerpo en una especie de lejanía inalcanzable, así como aludir que la familia desaparece en esta práctica (Bertrando & Toffanetti, 2004). Al contrario, mientras las discusiones y críticas se fijaron en el lenguaje (Anderson & Goolishian, 1988; Bertrando, 2000; Boscolo & Bertrando, 1998; McNamee & Gergen, 1996), las tentativas actuales respecto al cuerpo no deben olvidar la

---

<sup>2</sup> Este interesante debate excede a las intenciones del presente escrito. Basta con agregar que Bertrando (2002) nos recuerda que la idea de texto es una metáfora y que, más allá de los significados, otros elementos deben ser considerados en la terapia, tales como: aspectos no verbales, la corporalidad, el contexto, etc. No obstante, décadas antes, Michael White y David Epston (1993) al utilizar la analogía del texto como referencia ontológica logran enlazar de forma elocuente, a mi juicio, la relación entre texto (identitario) y contexto (político).

<sup>3</sup> La metáfora de la “caja vacía” es una referencia a los orígenes de la terapia familiar sistémica, principalmente relativa al trabajo del *Mental Research Institute* (MRI), Palo Alto, California (Bertrando, 2002). De la interioridad del mundo psicoanalítico, el interés observacional se fijará en el exterior del comportamiento humano y las relaciones. Del *insight* (comprensión) al *pattern* (patrones). Esta metáfora posee una cercanía con la “caja negra” del conductismo.

relación profunda asumida por White y Epston tanto para pensar como para entrelazar cuerpo y “sí mismo”, contexto y texto, dando lugar a la esfera semántica, pero no de forma desencarnada, ya que el cuerpo emerge desde un nuevo territorio comprensivo: los planteamientos de Foucault en torno a las relaciones de poder y subjetividad.

Bateson (1972, 1976) no renuncia al cuerpo y hace frente a la escisión cartesiana y su dualismo. Sin embargo, pensar el cuerpo para la práctica sistémica durante mucho tiempo fue sinónimo de observar las relaciones del “cuerpo familiar”. La terapia narrativa, me parece, realiza un desplazamiento original para acceder al cuerpo mediante la analogía del texto en la relación del “sí mismo” consigo, atendiendo a dos dimensiones: temporalidad y poder. La primera, ignorada por la tradición sistémica respecto a Bateson (White, 2001; White & Epston, 1993), la segunda, tema controversial para la terapia sistémica con relación a Bateson porque el poder sería una “*idea* que corrompe” (Bateson, 1972; Flaskas & Humphreys, 1993; Larner, 1995). Ambas dimensiones están incorporadas en la terapia narrativa, tiempo y poder están presentes en la constitución de subjetividad.

En autores como Foucault aparecen nuevos caminos comprensivos para entender el poder como relación (Flaskas & Humphreys, 1993) y el entrelazamiento entre cuerpo, subjetividad e identidad (White & Epston, 1993). A modo de hipótesis, Michael White inaugura una forma distintiva de pensar el cuerpo y entender la identidad porque se desplaza del contexto de Bateson al texto de Derrida y al poder de Foucault. Todo lo cual queda supeditado a la posibilidad identitaria de la revitalización del sí mismo resumida en la siguiente frase: “Los «cuerpos dóciles» se convierten en «espíritus animados»” (White & Epston, 1993, p. 46).

### **Cuerpos dóciles disciplinados**

En la novela *1984* «el cuerpo termina ocupando todo el universo». Orwell escribía en 1949:

no había manera de saber si te estaban vigilando [...] Tenías que vivir –y en eso el hábito se convertía en un instinto– sabiendo que cualquier sonido emitido podía ser registrado o escuchado por alguien y que salvo, en la oscuridad, todos tus movimientos serían observados (Orwell, 2020, p. 5).

*Vigilar y castigar*, obra de Michel Foucault publicada en 1975, bien podría estar inspirada en la ficción, pero en lugar de dirigirse a un horizonte distópico, regresa genealógicamente a un presente muy real. Ese presente es el de las sociedades disciplinarias: zoológicos humanos modernos donde “el animal es reemplazado por el hombre” (Foucault, 2012, p. 235).

El cuerpo social e individual es atravesado por una nueva «anatomía política» que dista mucho de ser únicamente negativa y coercitiva, sino que produce positivamente efectos de verdad (Foucault, 2012). El cuerpo será superficie de inscripción de los sucesos (Foucault, 2008a). Esto es lo que White y Epston (1993) supieron traducir de una manera prodigiosa para la terapia: el cuerpo se vuelve objeto del poder e inteligibilidad del saber. Poder, saber y subjetividad se encuentran entrelazados. En cada encuentro humano las relaciones están mediadas por ese vínculo indisociable: poder-saber (Foucault, 2012).

Estas redes discursivas y prácticas relacionales contribuyen a constituir nuestros “sí mismos”. En el último curso dictado por Foucault en 1984, aquél destaca tres elementos articulados en sus investigaciones:

los saberes, estudiado en la especificidad de su veridicción; las relaciones de poder, estudiadas no como la emanación de un poder sustancial e invasor, sino en los procedimientos por los cuales se gobierna la conducta de los hombres, y, para terminar, los modos de constitución del sujeto a través de las prácticas de sí (Foucault, 2017, p. 27).

El cuerpo se incluye en la constitución de sí, será territorio de inscripciones identitarias basadas en conocimientos, verdades y prácticas sociales.

El libro de Foucault de 1975 es un escrito que no escapa al horror del castigo, pero cruza una búsqueda alegre, “no la alegría de odiar, sino de destruir lo que mutila la vida” (Deleuze, 1987, p. 49). En White encontramos un espíritu afín, junto a la alegría de incomodar de Foucault (White, 2002c). En terapia se traducirá como la posibilidad de generar extrañeza y desencanto en sí mismo (White, 2002a) y la “posibilidad de dudar” (White, 2002b, p. 162). Así como en Foucault persiste un interés en rastrear una nueva sensibilidad en el arte de castigar los cuerpos, en White se observará una actitud terapéutica en el arte de cuidar de los mismos a través de las historias.

Para llegar a ser lo que somos, toda una serie de prácticas «microfísicas» (Foucault, 2021) recaerán sobre la individualidad de los cuerpos en las sociedades disciplinarias. Prácticas relacionales cotidianas, supeditadas a instituciones, que fijarán las identidades y regularán los cuerpos: escuelas, fábricas, cuarteles, ejércitos, hospitales, hogares, familias, prisiones, psiquiátricos, etc. Relaciones de poder espaciadas silenciosamente en red en lugar de aplicarse de forma escandalosa y binariamente entre sometidos y dominantes. Nuevo régimen<sup>4</sup> con nuevos métodos: “A estos métodos que permiten el control minucioso de las operaciones del cuerpo, que garantizan la sujeción constante de sus fuerzas y les imponen una relación de docilidad-utilidad es a lo que se puede llamar ‘disciplinas’” (Foucault, 2012, p. 159).

Dispositivos, tecnologías, edificaciones, procedimientos, distribuciones, clasificaciones, documentos y personal preparado conformarán una “nueva arquitectura de la mirada” para fabricar seres humanos a partir del control sobre sus cuerpos. Se trata de un todo tejido en la práctica social sin olvidar que la disciplina no puede ser identificada con una institución, aparato o persona, porque el poder atraviesa todo lo anterior (Foucault, 2012). Mediante la vigilancia, el cuerpo se ha convertido en el centro de luchas (Foucault, 2021).

---

<sup>4</sup> Para una mayor profundización y clarificación sobre conceptos como soberanía, disciplina, biopolítica, gubernamentalidad, etc., se sugiere revisar a Castro (2011). Por ahora, basta con decir que este nuevo régimen disciplinario contrasta con el poder soberano y se relaciona más bien con el poder biopolítico actual. Es decir, de la ley de la espada a la ley de la norma. Movimiento contenido en el siguiente aforismo: del derecho de «hacer morir y dejar vivir» a la fórmula de «hacer vivir o de rechazar hacia la muerte» (Foucault, 2007, p. 167).

Similar a la “policía del pensamiento” en la novela de Orwell, las sociedades disciplinarias emplearán tácticas de nuevos operadores provenientes de las ciencias humanas como la psiquiatría y la psicología. El propósito será encausar “la buena conducta”, desviaciones y anormalidades mediante la observación y corrección. En esta misma línea, White (2002b) estaba muy pendiente de la cultura de los discursos profesionales y saberes científicos con pretensiones de verdad, ya que modelan la vida de los pacientes, terapeutas y la relación entre ambos. El poder se ejerce más que se posee. Se trata de relaciones de fuerza y gobierno entre las personas.

El éxito del poder disciplinario se debe al uso de instrumentos simples: “la inspección jerárquica, la sanción normalizadora y su combinación en un procedimiento que le es propio: el examen” (Foucault, 2012, p. 199). Para White y Epston (1993) la metáfora narrativa permitiría rastrear cómo la norma y la “mirada omnipresente” de las sociedades disciplinarias se encarnan en nuestras identidades. Esta omnipresencia está representada por la arquitectura del panóptico de Bentham. El efecto de este dispositivo de la mirada es simultáneamente simple e infame: induce “un estado consciente y permanente de visibilidad que garantiza el funcionamiento automático del poder” (Foucault, 2012, p. 233). Lo admirable de este aparato es que disocia la relación de fuerza entre quien ve y quien es observado, creando “una sujeción real” a partir de una “relación ficticia” (Foucault, 2012, p. 234).

Sin enfrentamientos el sujeto posa la mirada sobre sí mismo: “reproduce por su cuenta las coacciones del poder, las pone en juego espontáneamente sobre sí mismo; inscribe en sí la relación de poder en la cual juega simultáneamente los dos papeles; se convierte en el principio de su propio sometimiento” (Foucault, 2012, p. 235). Este moderno sistema de poder “convierte a las personas y sus cuerpos en objetos” y “a desempeñar un papel activo en su propia subyugación, a participar activamente en el proceso de adaptar sus vidas a las normas” (White & Epston, 1993, p. 83). Esta normalización sobre sí y el propio cuerpo crea identidades estereotipadas. Por lo mismo, esta reproducción del poder sobre sí mismo en las gestualidades más cotidianas es contra lo cual la terapia narrativa se enfrenta para romper con esas tecnologías de poder y tecnologías del yo (White, 2002b).

De ahí que esta perspectiva reciba el adjetivo de política (Tarragona, 2013). El efecto narrativo es la creación de espacios de resistencia para “estos discursos internalizados” que “constituyen nuestra ceguera ante la vida en tanto producida y ante nuestra propia producción de la vida” (White, 2002a, p. 48). Un ejemplo de la “cima de los logros de este sistema de autogobierno” será la anorexia nerviosa (White, 2002a, p. 51). Justamente donde la autovigilancia y el castigo hacia el cuerpo constituyen identidad. El cuerpo aparece en todo su esplendor conectado al sí mismo y el contexto. Para Foucault será en las propias relaciones intrafamiliares “el lugar de emergencia privilegiada para la cuestión disciplinaria de lo normal y de lo anormal” (Foucault, 2012, p. 249).

El arte del autogobierno, esto preocupa a White. La autovigilancia y el autosometimiento de sí mismo. Sin embargo, Foucault invierte la relación del cuerpo como prisión del alma. El alma moderna será “efecto e instrumento de una anatomía política; el alma, prisión del cuerpo” (Foucault, 2012, p. 39). En otras palabras, la subjetividad es la cárcel de la corporalidad<sup>5</sup>. Mediante conocimientos y saberes culturalmente dominantes, la identidad encarnada es domesticada: “El cuerpo humano entra en un mecanismo de poder que lo explora, lo desarticula y lo recompone. Una ‘anatomía política’ [...] La disciplina fábrica así cuerpos sometidos y ejercitados, cuerpos ‘dóciles’” (Foucault, 2012, p. 160).

White recoge esta idea donde cuerpo y “sí mismo” se juntan en la analogía del texto: “governamos nuestros pensamientos, nuestras relaciones con los demás, nuestra relación con nosotros mismos, incluso la relación con nuestros cuerpos” (White, 2002a, p. 21). Metáfora que incluye la dimensión temporal de la identidad y las relaciones de poder arraigadas en el cuerpo. Será esta inquietud política respecto al sí mismo encarnado que se inscribirá en la técnica de externalización de los problemas (White, 2002a, 2002b, 2004a; White & Epston, 1993). Este movimiento permite pasar de la subjetivación del síntoma a la objetivación del problema (Bertrando & Toffanetti, 2004).

---

<sup>5</sup> En el debate sobre “verdad y subjetividad” del 23 de octubre de 1980 (conferencias de Dartmouth), Foucault (2016) dirá lo siguiente: “Cuando dije que el alma era prisión del cuerpo, hacía una broma, claro está; pero la idea era que el cuerpo, en este tipo de disciplina, se define y delimita por un tipo de relación del individuo consigo mismo” (p. 133).

El cuerpo, por consiguiente, no desaparece en la terapia narrativa, sino que más bien obra su aparición sorpresiva. Aquél está directamente inmerso en un campo político relacionado con nuestras identidades. Emerge en un entrelazamiento temporal, político y narrativo que bien podríamos llamar pliegue subjetivo. Será la subjetividad del cuerpo dócil disociado de sus condiciones políticas, aquello que White recupera en su preocupación por la identidad. En la terapia narrativa el alma podrá volverse animada en igual medida que el cuerpo se vuelve indisciplinado.

### **Identidades como espíritus animados**

Sería reduccionista decir que White es foucaultiano. Él mismo declinaba esa interpretación (White, 2002a, 2002b). Aunque fue quien influyó en su pensamiento de sobremana. Múltiples fueron sus inquietudes intelectuales: las contribuciones de Bateson (White, 2001; White & Epston, 1993), la orientación polifónica y de la multiplicidad en Gianfranco Cecchin (Cecchin, 1987; White & Epston, 1993), la filosofía de la ciencia, la teoría literaria, feminista, etc. (White, 2002a), también, la deconstrucción de Derrida (Carey, Walther & Russell, 2009; White, 1991, 2000, 2004a), las diferencias, multiplicidades y desplazamientos narrativos en Deleuze (Winslade, 2009). Quizás un buen epíteto para este trabajador social comunitario, descrito así en una entrevista, es el de antropólogo terapéutico (White, 2002a).

Antropólogo identitario. Como destaca Karl Tomm en dos prefacios, Michael está atento a la constitución de identidad en su relación con prácticas sociales y culturales a veces invisibilizadas y asumidas (White & Epston, 1993). El foco de la terapia narrativa, agrega Tomm, estará en la “reconstrucción de la identidad” (White, 2004a, p. 15). Esta preocupación por la cultura y los relatos dominantes, la constitución identitaria y su relación con las historias conecta con el trabajo genealógico de Foucault para considerar “contraprácticas que comprometen a las personas en la «descosificación» de sí mismas, de sus cuerpos y de los demás” (White & Epston, 1993, p. 78). La propia práctica terapéutica es un espacio de poder o tecnología del yo, por consiguiente, un imperativo será no reproducir la cultura dominante en el ejercicio clínico (White, 2002a, 2002b).

Foucault (1999, 2016, 2017, 2018a) aborda la idea del sí mismo como resultado de la relación que el ser humano en cuanto sujeto puede tener, sostener y transformar consigo mismo. Crítico con la noción de identidad aludiría más bien a una fuerza creadora: “las relaciones que debemos mantener con nosotros mismos no son relaciones de identidad; más bien, han de ser relaciones de diferenciación, de creación, de innovación” (Foucault, 1999, p. 421). En esta línea, White contrapone ante la idea de identidad fija o de un *self* humanista capaz de encontrar su auténtica y verdadera naturaleza, una mirada sobre la identidad multihistoriada (White, 2000) y abierta a la diferencia como experiencia subjetiva (Carey *et al.*, 2009; Walther & Carey, 2009; White, 2000).

En términos identitarios, White (2002b) cita a Foucault (1999, 2008b) para enfatizar de modo crítico la relevancia de la pregunta subjetiva: “¿Quiénes somos hoy?”. Pero no para descubrir una esencia ni descifrar una verdad, sino que, parafraseando a Foucault para disponernos de una actitud crítica ante las verdades y prácticas sociales arraigadas en nuestras identidades. En otras palabras, “rechazar lo que somos” (Foucault, 2001). Rechazar para reconstruir nuestras identidades. Se desprende de lo anterior la virtualidad de constituir nuevas relaciones consigo mismo, posibilidad que White entiende como re-autoría (Carey & Russell, 2003; White & Epston, 1993), revitalización del “sentido del sí mismo” –“sense of myself”– (White, 2004b), también «resurrección de la continuidad» (Carey *et al.*, 2009).

En cuanto a la posibilidad identitaria de transformar los «cuerpos dóciles en espíritus animados», quizás ayuda concebir la analogía del texto también como una subjetividad plegada: el «adentro del afuera» que Deleuze piensa con relación a Foucault (Deleuze, 1987, 2015). En la idea de pliegue subjetivo encontramos un vínculo indisoluble entre corporalidad y narración, unidos a la dimensión temporal y relaciones de poder-saber. Identidad como encarnación política. Historias de pliegues y repliegues que Walther y Carey (2009) denominan «pliegue de diferencia» para entender la identidad siempre móvil y abierta a la diferencia. Narrativamente hablando podemos constatar y diferenciar el adentro del afuera o cómo se llega a disciplinar la corporalidad mediante la subyugación del alma<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> Gilles Deleuze (1987, 2015) utiliza la noción del afuera para referirse a la relación de la fuerza con la fuerza, distinto de la «exterioridad» de las formas del mundo “exterior”. Sin embargo, mi interés es utilizar libremente

Lo que me parece increíble es que White estaba atento al trabajo de Foucault sobre la hermenéutica del sujeto (Foucault, 2018a). Esto nos conduce a asumir una perspectiva de la identidad relacionada al «cuidado de sí»<sup>7</sup>. Es decir, los espacios terapéuticos ofrecen oportunidades identitarias como cuidado de sí para abrirse a la diferencia: devenir otro (Walther & Carey, 2009; Winslade, 2009). La identidad narrativa desde este punto de vista es “relacional, distribuida, performativa y fluida” (Combs & Freedman, 2016, p. 213). Como destacan Combs y Freedman (2016): las relaciones con otros, múltiples contextos y audiencias, distribuyen múltiples identidades fluidas en el sentido de procesos abiertos al cambio.

Sostengo que la incorporación de la corporalidad de la subjetividad de los cuerpos dóciles, que Michael White supo identificar en las relaciones de poder y la constitución de identidad, implica rechazar lo que somos. Distanciarse del disciplinamiento de nuestros cuerpos para abrirnos a nuevas identidades como fuerzas creativas de existir.

De ahí la importancia para escuchar lo ausente pero implícito de las historias o lo no dicho (White, 2000), la doble escucha ante el trauma (White, 2004b; White & Morgan, 2006), las conversaciones de re-membresía (Russell & Carey, 2002; White, 2002b), la técnica de externalización de problemas (White & Epston, 1993) no reducida únicamente a su dimensión técnica, sino como un modo deconstructivo de dialogar o conversación externalizante (White, 2000, 2002a, 2004a). Externalización como contrapráctica lingüística (Freeman *et al.*, 2010).

---

la idea de pliegue para comprender que todo texto en su composición (ya sea identitaria, subjetiva, como “sí mismo”, etc.) configura un adentro del afuera de manera relacional, por ejemplo, mediante el saber y la noción de «verdades normalizadoras» que Michael White toma de Michel Foucault. He aquí una bella metáfora del pliegue: “La línea del afuera es la línea oceánica. ¿Qué es el adentro? El adentro es la embarcación, es el barco, el pequeño barco, la barca. ¿Pero qué es la barca? La barca es el pliegue del mar, es el pliegue del océano. Cada vez que hay un barco, el océano ha hecho un pliegue. Es curioso esto... ¿Son metáforas, entonces? No” (Deleuze, 2015, p. 24).

<sup>7</sup> Cuidado de sí es un concepto investigado por Foucault (2018a) en su curso *La hermenéutica del sujeto* dictado en el Collège de France entre 1981-1982. Se trataría de una posibilidad estética de relación consigo mismo a modo de inquietud y preocupación permanente del sí mismo con la vida. En otras palabras, en lugar de renunciar a sí mismo, se trata de hacer del “yo” un objeto artístico y considerarse como una obra de arte para darse una forma o estilo propio. Así, es posible pensar que el trabajo de mérito literario de la terapia narrativa puede ser leído desde la esfera del cuidado de sí.

Cuando se afirma que “la persona no es el problema, el problema es el problema”, no se trata de no responsabilizar a las personas, sino de considerar que los cuerpos y nuestras identidades han quedado a merced y sujetos a formas dominantes de existir. ¿Pueden los discursos y las prácticas sociales enfermarnos identitaria y corporalmente? La terapia narrativa plantea que sí: “cuando las narraciones dentro de las que «relatan» su experiencia –y/o dentro de las que su experiencia es «relatada» por otros– no representan suficientemente sus vivencias” (White & Epston, 1993, p. 31).

Enfermamos cuando sufrimos un quiebre narrativo o nuestras identidades se ven amenazadas, perdiendo coherencia y sentido, entonces surgen los síntomas. Aquí es donde el cuerpo emerge en conexión con el texto. Aparece un conflicto, inconsistencia o contradicción dramática, presente en la materialidad del cuerpo y la trama del relato. Las conversaciones orientadas a lo ausente o no dicho exploran expresiones todavía por ser anunciadas pero que orbitan nuestras tramas identitarias: “trazos de una multiplicidad de signos o descripciones no declaradas” (White, 2000, p. 37). Lo ausente pero implícito de nuestras expresiones e ideas, son rastreables en el texto como en el cuerpo de cada sí mismo.

Los cuerpos dóciles nunca están completamente disciplinados, siempre habrá posibilidad de resistencia (Foucault, 1999, 2012, 2021). Al igual que en la atención a las historias y relatos de nuestras vidas, en la escucha al cuerpo existe una puerta de entrada para resucitar nuestras identidades a partir de la relación consigo mismo. Las narraciones e historias se entrelazan en un sí mismo encarnado. Cuando se habla de la «relativa indeterminación de todos los textos» (White & Epston, 1993), la analogía del texto no apunta únicamente a los significados, sino que conecta vida y narración, contexto y texto, psique y cuerpo. Inscripción finita de múltiples acontecimientos relatados y no dichos tejidos en una dimensión temporal, donde el cuerpo también contiene una genealogía.

En este sentido el proceso terapéutico de reescritura apunta a la «descosificación» de sí mismo en términos corporales, así como a un recompromiso con nuestras múltiples historias descontadas: “Estas contraprácticas abren espacios en los que las personas pueden reescribirse o reconstituirse a sí mismas, a los demás y a sus relaciones, según guiones y conocimientos alternativos” (White & Epston, 1993, p. 86). Si la cosificación se realiza a

través de verdades normalizadas y conocimientos totalizantes mediante guiones narrativos, separar la influencia totalizante del problema en nuestras vidas, desafiar las verdades incrustadas en la piel y en la constitución de sí, tiene sentido mediante la “reescritura”.

Sin embargo, visitar las historias y los relatos no es pretender que los significados son intercambiables espontáneamente a modo de mercancías negociables o peor aún confundir el uso de la analogía del texto como una metáfora representacional de la realidad (White, 2002a). La reescritura de sí recobra acontecimientos de la vida no apropiados del todo por los significados del conocimiento científico y prácticas sociales<sup>8</sup>. No se trata de una escritura que reemplace la historia original, sino más bien un proceso de recompromiso con nuestra historia para acceder a nuevas relaciones con la vida (White, 2000). Aproximación creativa a los relatos, de ahí la importancia de la deconstrucción (White, 2004). Pero también consideraciones para nuevas relaciones identitarias desde el propio cuerpo, de ahí la relevancia de la genealogía (Carreón & Padilla, 2021). La terapia narrativa se desplaza entre una y otra mediante la escritura.

Para Foucault, la sospecha de la mirada ajena recae sobre sí mismo, invirtiendo el ejercicio del poder, forzando «entrar a la individualidad en un campo de documentos», haciendo de “cada individuo un «caso»” (Foucault, 2012, p. 222). Se advierte allí el «poder de la escritura», por ejemplo, en los documentos científicos, psicológicos o psiquiátricos. Asimismo, en la escritura misma habrá un poder de resistencia que White logrará traducir al espacio clínico más allá de las clasificaciones diagnósticas y patologías consensuadas. No es casual, entonces, que la terapia narrativa tenga “mérito literario”. Literario en términos de una inversión del poder de la escritura, para convertir a la escritura como poder.

Que sea de mérito literario la terapia no es sinónimo de olvido del cuerpo. Al contrario, los cuerpos dóciles y las identidades sujetadas son cuestionadas para abrir una vez

---

<sup>8</sup> Michael White y David Epston (1993) recuperan del análisis del poder de Michel Foucault su elemento positivo y constitutivo en la producción de subjetividad, por ejemplo, a través de «verdades» normalizadoras que van configurando las identidades, las relaciones y la vida. Por otro lado, utiliza libremente la noción de deconstrucción de Jacques Derrida, para referirse a la posibilidad terapéutica de subvertir realidades y prácticas “que se dan por descontadas, esas llamadas “verdades” divorciadas de las condiciones y del contexto de su producción” (White, 2004a, p. 29). Por lo mismo, se referirá a estas prácticas deconstructivas como movimiento que tiene por propósito «volver exótico lo doméstico».

más la posibilidad de obtener nuevas relaciones con uno mismo. Cuando se explora sobre sí mismo más allá de las sujeciones, se vislumbran nuevas libertades y versiones de sí. Nacen o se potencian aquellos relatos preferidos respecto a cómo nos gustaría llegar a ser y existir (White, 2004a; White & Epston, 1993).

La reescritura abre nuevos territorios identitarios y posibilidades subjetivas porque “así como las conversaciones internalizadoras ocultan el aspecto político de la experiencia, las conversaciones externalizadoras lo ponen de relieve” (White, 2002a, p. 29). Así, la posibilidad de aproximarnos a lo que ha quedado excluido en nuestras versiones identitarias permite entender por qué los «cuerpos dóciles se convierten en espíritus animados». La reescritura libera a la identidad en simultaneidad con el cuerpo para una nueva forma todavía por venir.

## **La historia de Stefania**

### ***El cuerpo en búsqueda de identidad***

Stefania es una enfermera de 26 años. Acaba de regresar de unas vacaciones paradisíacas en Cancún con una amiga. Las primeras vacaciones de manera independiente: sin familia y costeadas por sí misma. Sin embargo, desde hace 1 año viene experimentando un estado de ánimo bajo, oscilante, angustia, todo lo cual atribuye al estrés que va y viene por su trabajo distribuido en turnos agotadores en un renombrado hospital de Santiago. Se percibe más sensible, llorona y cansada. Todo lo cual se incrementa al regreso de sus extraordinarias y soñadas vacaciones de arenas blancas. Hace 2 años egresa de la carrera de enfermería de la prestigiosa Universidad de Chile. Vive con su padre, madre y sus hermanos menores, quienes al igual que el padre, ahora jubilado, siguieron una carrera policial.

Las expectativas de Stefania en función de mejores puestos laborales se han cumplido, pero no entiende por qué se siente infeliz. Se describe como una mujer reservada, profesional, sin muchas amistades y actualmente sin vida amorosa. A su círculo cercano, familiar y amistades, no les ha expresado todo lo que está sintiendo. Sus vivencias y

emociones, por norma, se reducen a la intimidad de su silencio. Declara no entender lo que le pasa.

Las conversaciones nos permiten explorar la relación de su estado de ánimo bajo, su elevada ansiedad y angustia, con un presente tensionado, confrontado entre la exigencia de hacer lo correcto, o sea, recorrer el camino previamente trazado (en parte exigido por mandatos familiares) y su propio querer y sentir: el camino no recorrido. En otras palabras, entre lo normalizado y su deseo. La sintomatología coincide con la jubilación de su padre alrededor de un año atrás y ella observa cómo la alegría anhelada por el esfuerzo del padre no llega. Desde la primera sesión conversamos sobre cómo los mandatos y aprendizajes familiares nos llevan a asumir relatos culturales dominantes, sobre el éxito, la felicidad, el deber y la exigencia. En base a lo anterior es capaz de expresar lo que será un camino identitario alternativo: “no estoy de acuerdo con cumplir con todo”.

Durante el proceso vamos realizando una genealogía del cuerpo. Entendemos cómo aquél siempre ha manifestado la posibilidad de una identidad distinta. En la historia de Stefania el cuerpo se ha expresado en numerosas ocasiones: hoy producto del estrés ha presentado erupciones de acné en su rostro. Desde los 15 años usa medicamentos para controlar el sarpullido. Las consultas dermatológicas son permanentes (durante la pandemia tuvo dermatitis a causa del estrés por sus estudios universitarios). Asimismo, tensión en el cuello y en la espalda con intermitencias. Mayor flujo vaginal después de sus vacaciones. El médico tratante pensó que podría tratarse de una cuestión climática, pero Stefania sabe la verdad: es por su presente emocional.

Retrocediendo todavía más en la historia arribamos a la historiografía de sus desmayos. Durante la enseñanza básica, entre 3ero y 4to básico, comenzó a sentir dolores de estómago antes de ir a la escuela. Se sentía extraña. No es tanto que su padre y madre la obligaran a ir, sino que ella aprendió de ellos la necesidad de cumplir con sus deberes (a veces le permitían no ir a la escuela). Pero a los 10 años comienza con desmayos intermitentes. La preocupación compele a la familia a que Stefania sea evaluada por un cardiólogo. Entonces, aparece un diagnóstico: disautonomía. Además, le detectaron un soplo no riesgoso, sin embargo, lo que ella jamás olvidará serán las palabras del médico tratante:

“a esta edad la disautonomía apunta a la enfermedad de las niñas mateas”. Le pido a Stefania que me describa una imagen o una escena que conecte con esa época de tensión y exigencias infantiles: recuerda a su padre cuando ella tenía 7 años diciendo “si no estudias no eres nadie”. Una escena que se repite en las cenas familiares y que ella reconoce en esa historia la aparición de un miedo (y yo la interrupción de *su* deseo): la posibilidad de no triunfar en la vida ni alcanzar el éxito, no lograr un buen vivir para sí.

Desde el primer encuentro Stefania se calma al comprender cómo nuestras narraciones e ideas sobre el mundo y los otros provienen de prácticas sociales y culturales dominantes poco cuestionadas y asumidas de manera individualizada. Los relatos son efecto del poder, no ficciones abstractas, sino encarnadas. El cuerpo dócil de Stefania pequeña nos expresa el infortunio del disciplinamiento de la corporalidad, las emociones y su sí mismo, a partir de un ambiente centrado en la norma y el deber castrense. El desmayo será interpretado como la cúspide de la exigencia y la imposibilidad de la negación. Es como si en los pliegues de su cuerpo infantil estuviera contenida toda la historia de la frase: “no estoy de acuerdo con cumplir con todo”. Stefania se emociona al revisitar su historia de ese modo. Lo que de adulta es capaz de expresar en palabras, su cuerpo infantil ya lo anunciaba. Palabras informuladas en un cuerpo que habla. Su cuerpo jamás ha dejado de resistirse a los discursos internalizados ni a la propia vigilancia. En la actualidad sigue oponiéndose a la exigencia. Sus síntomas corporales también pueden ser vistos como una búsqueda de nueva salud identitaria. Como una respuesta a una posibilidad intuida o a un relato alternativo de sí misma, todavía excluido. En sus palabras, no quiere ser “un tornillo de la máquina”, sino que quiere relacionarse consigo y los demás de otro modo.

De esta manera, las conversaciones externalizantes atendiendo a lo ausente pero implícito, lo no dicho aún, se conectan entonces, no sólo con los relatos, sino también con el cuerpo. Su cuerpo y palabras expresan a destiempo la necesidad de una calma. Por consiguiente, una puerta de entrada a esta exploración para nuevas identidades es atender a la corporalidad en conexión a las condiciones políticas y sociales encapsuladas en nuestras subjetividades que individualizan el malestar. Desplazándonos en las historias de ayer, actualizadas en el presente, vamos realizando una genealogía del cuerpo y una

deconstrucción de los relatos. Esta identidad sedimentada es la que entra en contradicción con su presente. La continuidad de su relato basado en la exigencia, ahora discontinuado ante la necesidad de nuevos caminos, produce un quiebre identitario. Se manifiesta la posibilidad de una nueva forma estética para su sí mismo. Su malestar subjetivo y corporal no son señales de enfermedad, sino de búsqueda y exploración de maneras alternativas de ocuparse de sí.

Cuerpo y narrativa se entrecruzan en una identidad como encarnación política. Identidad habilitada para ser reconstruida, resucitada, reconstituida, revitalizada o reescrita, cuidada, formando nuevas identidades continuamente en devenir. En esta concepción del sí mismo encarnado como pliegue identitario, el cuerpo jamás ha desaparecido, sino que ha quedado atrapado en procesos de subjetivación donde el “alma se vuelve prisión del cuerpo”. La terapia narrativa contribuye a esa liberación para dar forma a nuevos espíritus animados. Volver a darse una forma. Eso es lo que adviene cuando juntos entendemos que la exigencia no puede seguir su curso cuando en vida “ya se alcanzó la meta” y ahora acontece el llamado a la responsabilidad de cuidar de sí misma.

### *Post scriptum*

Michael White sabía que lo que estaba en disputa es la definición de lo que significa ser persona. Hay demasiado en juego en la apropiación de lo humano en torno a la identidad. Pero su intención no es humanista. No se trata de recuperar la verdadera naturaleza humana ni de liberarnos (White, 2002b). Su ocupación es terapéutica. De ahí un interés inmenso por desarrollar habilidades de escucha orientadas al texto y al cuerpo, que bien podríamos llamar habilidades deconstructivas y genealógicas.

Atento al desequilibrio de poder entre pacientes y terapeutas, White desarrolla una actitud crítica para la terapia. Actitud que Foucault comprende como “el movimiento por medio del cual el sujeto se atribuye el derecho de interrogar a la verdad sobre sus efectos del poder y al poder sobre sus discursos de verdad” (Foucault, 2018b, p. 52). En otras palabras,

jamás aceptar una verdad como intocable, por tanto, “rechazo, curiosidad, innovación” (Foucault, 2016).

La terapia permite la creación de una intimidad donde las personas son invitadas a cuidar de sí mismas. En este sentido deben entenderse los relatos alternativos. Al concebir a la terapia como un arte colaborativo de la reescritura, nos adentramos en el poder de la escritura, pero también en la inquietud por la forma, es decir, compromiso estético respecto a la identidad: «volver exótico lo doméstico» (White, 1991, 2004a). Esto me lleva a pensar en las potencialidades de la práctica narrativa como espacio para el cuidado o inquietud de sí (Foucault, 2018a). En el sentido de la invitación a ocuparse estéticamente de sí mismo en terapia (Carreón, 2023).

Por último, la analogía del texto puede ser entendida como una subjetividad plegada: el «adentro del afuera» o «pliegue de diferencia» para entender la identidad. El cuerpo y la identidad se pliegan conjuntamente en el tiempo narrativo. De esta manera, el cuerpo ocupa un lugar privilegiado en el proyecto identitario y en la terapia narrativa. En lugar de disociación habría que repensar la asociación entre alma y cuerpo como pliegue subjetivo e identidad políticamente encarnada, práctica de reintegración en el camino a la revitalización del sentido de sí mismo.

## Referencias bibliográficas

- 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. 10.1111/j.1545-5300.1988.00371.x
- Bateson, G. (1972). *Steps to an Ecology of Mind*. University of Chicago Press.
- Bateson, G. (1976) Mind-body dualism conference: invitational paper. *Co-Evolution Quarterly*, 11, 56-57.
- Bertrando, P. (2000). Text and context: narrative, postmodernism and cybernetics. *Journal of Family Therapy*, 22(1),83-103.
- Bertrando, P. (2002). La caja vacía: usos de la teoría sistémica (M. Campillay & M. Bustos, trad.). *Connessioni*, 11, 37-52.
- Bertrando, P. & Gilli, G. (2008). Emotional dances: therapeutic dialogues as embodied systems. *Journal of Family Therapy*, 30(4), 362-373.
- Bertrando, P. & Toffanetti, D. (2004). *Historia de la terapia familiar: los personajes y las ideas*. (1ª ed.). Paidós.
- Boscolo, L. & Bertrando, P. (1996). *Terapia sistémica individual*. (1ª ed.). Amorrortu.
- Boscolo, L. & Bertrando, P. (1998). Terapia sistémica y lenguaje. Del interés por la organización del sistema a la centralidad del lenguaje (D. Lagos, trad.). *Connessioni*, 1, 13-25.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo: La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar* (1ª ed.). Paidós.
- 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.
- Carreón, J. (2023). Sí mismo y cuidado de sí para la práctica sistémica: Apuntes sobre estética. *Revista Akadèmeia*, 22(2), 83-101.

- Carey, M. & Russell, S. (2003). Re-authoring: Some Answers to Commonly Asked Questions. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 1-18.
- Carey, M., Walther, S., & Russell, S. (2009). The absent but implicit: A map to support therapeutic enquiry. *Family Process*, 48(3), 319-331.
- Castro, E. (2011). *Diccionario Foucault. Temas, conceptos, autores*. Siglo Veintiuno.
- Cecchin, G. (1987). Hypothesizing, Circularity, and Neutrality Revisited: An Invitation to Curiosity. *Family Process*, 26(4), 405-413.
- Combs, G. & Freedman, J. (2016). Narrative Therapy's Relational Understanding of Identity. *Family Process*, 55(2), 211-224.
- Deleuze, G. (1987). *Foucault*. (1ª ed.). Paidós.
- Deleuze, G. (2015). *La subjetivación. Curso sobre Foucault. Tomo III*. (1ª ed.). Cactus.
- Flaskas, C. & Humphreys, C. (1993). Theorizing About Power: Intersecting the Ideas of Foucault with the "Problem" of Power in Family Therapy. *Family Process*, 32(1), 35-47.
- Foucault, M. (1999). *Estética, ética y hermenéutica*. Paidós.
- Foucault, M. (2001). El sujeto y el poder. En H. Dreyfus & P. Rabinow (Eds.), *Michel Foucault: Más allá del estructuralismo y la hermenéutica* (1ª ed., pp. 241-259). Nueva visión.
- Foucault, M. (2007). *Historia de la sexualidad. Volumen 1. La voluntad de saber* (31ª ed.). Siglo XXI.
- Foucault, M. (2008a). *Nietzsche, la genealogía, la historia* (1ª ed., 6ª reimp.). Pre-Textos.
- Foucault, M. (2008b). *Tecnologías del yo. Y otros textos afines* (1ª ed.). Paidós.
- Foucault, M. (2012). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión* (2ª ed., 4ª reimp.). Siglo veintiuno editores.
- Foucault, M. (2016). *El origen de la hermenéutica de sí*. Siglo Veintiuno.
- Foucault, M. (2017). *El coraje de la verdad. El gobierno de sí y los otros II* (2ª reimp.). Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2018a). *La hermenéutica del sujeto* (6ª reimp.). Fondo de Cultura Económica.

- Foucault, M. (2018b). *¿Qué es la crítica? Seguimiento de la cultura de sí* (1ª ed.). Siglo veintiuno.
- Foucault, M. (2021). *Microfísica del poder* (1ª ed. 1ª reimp.). Siglo veintiuno.
- Freeman, J., Epston, D. & Lobovits, J. (2010). *Terapia narrativa para niños. Aproximación a los conflictos familiares a través del juego* (1ª ed., 4ª reimpre.). Paidós.
- Larner, G. (1995). The real as illusion: Deconstructing power in family therapy. *Journal of Family Therapy*, 17(2), 191-217.
- McNamee, S. & Gergen, K. (1996). *La terapia como una construcción social*. Paidós.
- Orwell, O. (2020). *1984*. Debolsillo.
- Pakman, M. (2011). *Palabras que permanecen, palabras por venir. Micropolítica y poética en psicoterapia* (1ª ed.). Gedisa.
- Pakman, M. (2014). *Texturas de la imaginación. Más allá de la ciencia empírica y del giro lingüístico* (1ª ed.). Gedisa.
- Russell, S. & Carey, M. (2002). Re-membering: responding to commonly asked questions. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 45-61.
- Tarragona, M. (2013). Terapia narrativa: reescribir nuestras historias para ser como preferimos ser. En A. Roizblatt, *Terapia de familia y pareja* (1ª ed., pp. 178-200). Mediterráneo.
- Walther, S., & Carey, M. (2009). Narrative therapy, difference and possibility: Inviting new becomings. *Context*, (105), 5-10.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1967). *Pragmatics of Human Communication*. Norton.
- White, M. (1984). Pseudo-encopresis: From avalanche to victory, from vicious to virtuous cycles. *Family Systems Medicine*, 2(2), 150-160.
- White, M. (1991). Deconstruction and therapy. En D. Epston & M. White (Eds.), *Experience, contradiction, narrative, and imagination* (pp. 109-152). Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2000). Re-engaging with history: The absent but implicit. En M. White (Ed.) *Reflections on narrative practice* (pp. 35-58). Dulwich Centre Publications.

- White, M. (2001). 'The narrative metaphor in family therapy', an interview with Denborough, D. En D. Denborough (Ed.), *Family Therapy: Exploring the field's past, present & possible futures* (pp. 131-138). Dulwich Centre Publications.
- White, M. (2002a). *Reescribir la vida: entrevistas y ensayos* (1ª ed.). Gedisa.
- White, M. (2002b). *El enfoque narrativo en la experiencia de los terapeutas* (1ª ed.). Gedisa.
- White, M. (2002c). Addressing personal failure. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3), 33-76.
- White, M. (2004a). *Guías para una terapia familiar sistémica*. Gedisa.
- White, M. (2004b). Working with people who are suffering the consequences of multiple trauma: A narrative perspective. *International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (1), 44-75.
- White, M. & Morgan, A. (2006) Chapter three: Responding to children who have experienced significant trauma: a narrative perspective. An interview with Michael White. En *Narrative Therapy with Children and their Families* (pp. 85-97). Dulwich Centre Publications.
- White, M. & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós Ibérica.
- Winslade, J. (2009). Tracing Lines of Flight: Implications of the Work of Gilles Deleuze for Narrative Practice. *Family Process*, 48(3), 332-46.
- Zamorano, C. & Rojas, C. (2017). Adolescent Self-cutting: An Embodiment of the Unsaid. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 38(3), 317-328.