

SUMARIO

EDITORIAL [pág. 1]

COLABORACIONES [pág. 3]

Tiranías terapéuticas en los feminismos de base.
Laura Yustas

Notas sobre vínculo político e individualismo.
Clara Navarro

Ansiosos, medicado y productivos.
Remedios Zafra

HEMOS LEÍDO... [pág. 21]

Vocabulario de psicopatología.
Carlos Rey

PANÓPTICO [pág. 25]



Fuente: Unsplash

AMSM

Boletín de la Asociación Madrileña de Salud Mental

Boletín núm. 50 INVIERNO año 2024

BOLETÍN
DE LA ASOCIACIÓN
MADRILEÑA
DE SALUD MENTAL

JUNTA DIRECTIVA 2021-2024
DE LA ASOCIACIÓN
MADRILEÑA DE SALUD
MENTAL (A.E.N.)

AMSM

PRESIDENTA

Belén González Callado

VICEPRESIDENTAS

Ana Moreno Pérez
María José Darder Mayer

SECRETARIA

Eva Muñiz Giner

TESORERO

José Camilo Vázquez Caubet

VOCAL DE PUBLICACIONES

Maite Climent Clemente

VOCALES

Miguel Ángel Martínez Barbero
Álvaro Cerame del Campo

COMITÉ EDITORIAL DEL BOLETÍN

África Balbás Arguijo
Laura Rosa Cerezo
Clara Benedicto Subirá
Marta Carmona Osorio
Ana María Gómez Martín
Andrés Felipe Correa Palacio
Eugenia Caretti Giangaspro
Iván Díez Fernández
Andrés Suárez Velázquez
Irene García Hoyos
Lourdes Méndez Mena
Carmen Colodrón Palomino
Irene Rodríguez Newey

Puedes enviar tus propuestas para su publicación en nuestro boletín a la dirección de correo electrónico de la AMSM: aen.amsm@gmail.com

Se puede acceder en formato electrónico a todos los contenidos del presente boletín en:
<https://amsm.es/category/boletines/boletines-completos/>

Editorial



Fuente: Unsplash

“...lxs jóvenes se rebelaban ante normas deshumanizadas y buscaban encontrarse con sus iguales para lidiar con la angustia, o los malos tratos y los abusos que se producían en algunos confinamientos.”

“...nos obligó a mirar hacia los determinantes sociales de la locura... se tenían en cuenta las condiciones de vida, y que la biología dejaba de ser el eje en el que pivotaban las explicaciones y los cuidados.”

“...se sufre por las condiciones de vida, pero el sistema ofrece fármacos, psicoterapia e intervenciones individuales...”

Hace cuatro años que la pandemia dinamitó el delirio de invulnerabilidad y control que nos hacía la vida tan llevadera. Hizo casi incuestionable, la idea de que el otrx, especialmente el de afuera, era una fuente de daño. Nos mostró, pese a nuestros deseos de no ver, que para proteger al otrx teníamos que morir en soledad y sin despedidas, que el amor y los lazos de cooperación y solidaridad eran aliados de segunda, sin embargo, también dejó claro que había personas que corrían riesgos para mantenerlos, porque sin ellos estábamos perdidxs. Pudimos ver que lxs jóvenes se rebelaban ante normas deshumanizadas y buscaban encontrarse con sus iguales para lidiar con la angustia, o los malos tratos y los abusos que se producían en algunos confinamientos. En la rebeldía palpaba el deseo de vivir.

Pudimos constatar que había fisuras en el sistema por las que se escapaban los derechos humanos y la ética, pero también por las que podíamos introducir pequeñas cargas que permitieran una demolición de lo dañino; que la salud, con toda su complejidad, se había vuelto a reducir a la ausencia de síntomas físicos y que esto ya no nos servía.

Creamos nuestrxs héroes de carne y hueso, a las que adjudicamos los atributos de los que nos sentíamos desposeídxs, y cuando destaparon su propia vulnerabilidad y su falta de cuidados los transformamos en villanxs (lugar donde algunxs aún los siguen colocando). Con mucho coste, se desenmascaró la precariedad laboral y asistencial en la que se habían sumido la sanidad pública y los recursos sociales y se encontró un nuevo impulso para los movimientos en la defensa de unos cuidados dignos para todxs.

Pagamos un alto precio en términos de salud mental por todo ello, no obstante, el golpe nos obligó a mirar hacia los determinantes sociales de la locura como no se había hecho antes. Pareció que por fin se tenían en cuenta las condiciones de vida, y que la biología dejaba de ser el eje en el que pivotaban las explicaciones y los cuidados.

Se nos ha llenado la boca de salud mental hasta quedar desvaído su significado. El tema está en la agenda política, en los programas de televisión, en las salas de espera, en las filas de los mercados... la gente puede decir que ha sufrido y esto no es poca cosa.

Se ha generalizado cierta conciencia de que los determinantes sociales son fundamentales en la comprensión del sufrimiento, al menos del de intensidad moderada, sin embargo, tras estos cuatro años no ha habido cambios sustanciales, ni en recursos, ni en políticas sociales. Y una vez más nos vemos tratando de lidiar con dos discursos casi contrapuestos, cuya incompatibilidad se enmascara y se niega: se sufre por las condiciones de vida, pero el sistema ofrece fármacos, psicoterapia e intervenciones individuales, quedando sobre la mesa que la mejoría es una cuestión individual y depende de lo que haga cada unx.

La tentación del remedio sencillo e inmediato es fuerte, la sensación de desamparo casi intolerable y muy alta la desconfianza en que podamos demoler y construir con otros; tendemos a defendernos de un cambio costoso e incierto, pero no podemos borrar lo que se ha desvelado, y la inquietud que nos genera es un motor. Cada vez



Fuente: Unsplash

son más los discursos en torno a la necesidad de transformar los contextos utilizando el poder colectivo, cada vez está más claro que el individualismo nos cuesta la vida.

Lxs niñxs y jóvenes nos están mostrando de manera descarnada que la vida se está haciendo inhabitable y ante un futuro en el que no encuentran demasiada esperanza, nos agitan con sus conductas, sus trasgresiones, su manera de visibilizar el sufrimiento. Actúan el dolor a través de los medios que su etapa evolutiva les permite: se activan en exceso, se “portan mal”, se muestran irritables, agresivxs, protestan (se oponen), se evaden con sustancias, y en ausencia de un adultx contenedor, se aíslan buscando un mundo paralelo que puedan controlar. Unxs están en lucha y desean ser vistxs, otrxs nos recuerdan que una vida inhabitable puede hacer de la muerte una alternativa digna.

Algunxs encuentran sostén y acompañamiento en sus seres queridxs y sus iguales, otrxs reciben del adultx una respuesta de delegación de los cuidados en los recursos sociosanitarios, sin que haya una mínima reflexión sobre sus condiciones de vida. Su sufrimiento se diagnostica, se medicaliza y se silencia en la institución.

Una de las grandes estrellas diagnósticas de los últimos años es el trastorno por déficit de atención e hiperactividad, un enorme cajón de sastre en donde estarían contenidas la mayoría de las manifestaciones de sufrimiento de la población infanto-juvenil. En el informe *Trastorno por déficit de atención primaria: Análisis crítico del Protocolo de atención a personas con TDAH en Atención Primaria de la Comunidad de Madrid*¹ elaborado por la AMSM, alertamos sobre el incremento exponencial de

estos diagnósticos y reflexionamos sobre la descontextualización del síntoma, la utilidad de los protocolos de atención y su posible iatrogenia. Como se señala en el documento: *Es generalizada la disminución de la capacidad de concentración, la dificultad para dedicar tiempo de calidad a las relaciones, la búsqueda de la estimulación constante, el modo en que la tecnología nos la ofrece, casi siempre vinculada al consumo de uno u otro bien. Esta crisis de la atención sucede en un contexto de aceleración vertiginosa, donde el desarrollo humano se confunde con una emprendeduría personal sin horarios, y una creciente exigencia de rendimiento profesional y social cuyos efectos probablemente sólo estamos empezando a vislumbrar.... En una época marcada por la prisa e incertidumbre, los tiempos de la infancia siguen teniendo que ser respetados y acompañados por unas estructuras (familiar, escolar, barrial) que vemos cada vez más fragilizadas y depauperadas”.*

El sufrimiento descontextualizado y medicalizado nos lleva irremediablemente a una sociedad anestesiada, cronificada y sometida que da por buenos entornos insalubres.

La historia nos dice que las personas tendemos a eludir las reparaciones y a reconstruir sobre las ruinas o en otro lugar, albergando la fantasía de que escapar es posible. Estos tiempos de inmediatez y simplificación nos invitan a desestimar la reflexión y las acciones que no tengan un impacto rápido y visible.

A veces se nos olvida que los grandes cambios se han producido porque mucha gente ha mantenido una lucha colectiva renunciando a la posibilidad de cosechar los frutos mientras vivían, sabiendo que solo así las generaciones siguientes podrían disfrutarlos.

Sigamos buscando el modo de construir un mundo habitable, para la generación presente y la futura. Aún estamos a tiempo.

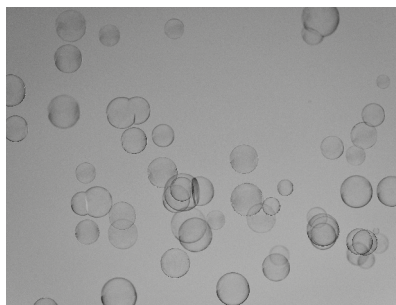
Junta AMSM

1) <https://amsm.es/2023/06/27/trastorno-por-deficit-de-atencion-primaria/>

colaboraciones

TIRANÍAS TERAPÉUTICAS EN LOS FEMINISMOS DE BASE¹

Laura Yustas

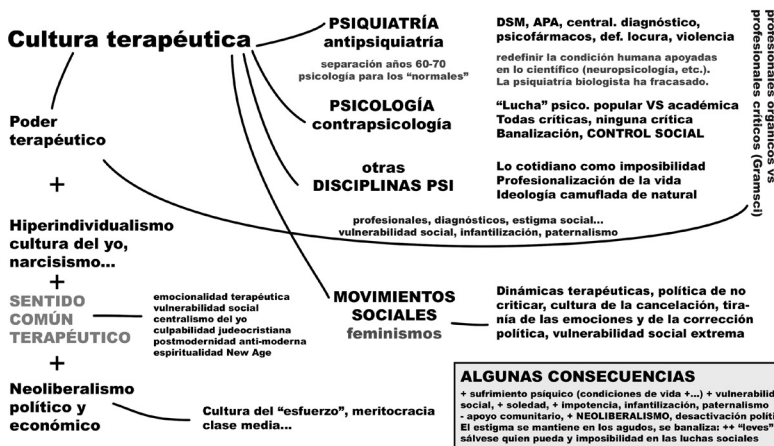


Fuente: Unsplash

“...hay personas que sufren, que ese dolor es real y que los esfuerzos para reducirlo muchas veces lo amplifican...dificultad para seguir militando, al miedo a perderse en lo colectivo, de la necesidad de encontrarse a sí mismas.”

“...dos caras de la misma moneda: dos efectos devastadores de la hegemonía de lo terapéutico en nuestras vidas.”

Cuando me siento a escribir sobre salud mental lo hago siempre en compañía. A un lado está mi familiar psiquiatrizada y en muchos casos maltratada por las instituciones y sus profesionales; al otro, mis compañeras de militancia feminista. La experiencia compartida con la primera me recuerda que hay personas que sufren, que ese dolor es real y que los esfuerzos para reducirlo muchas veces lo amplifican. También me muestra la dificultad para salir de una misma hacia un común transformador en un momento personal en que las acciones más cotidianas suponen un reto. La proximidad con las segundas, en cambio, me acerca a las narrativas que se refieren a la dificultad para seguir militando, al miedo a *perderse* en lo colectivo, de la *necesidad de encontrarse a sí mismas*. En cierto sentido, podríamos considerar que se trata de dos caras de la misma moneda: dos efectos devastadores de la hegemonía de lo terapéutico en nuestras vidas. Aprovecharé el ejercicio de escribir en un boletín cómplice en cuestiones antipsiquiátricas para escuchar más el lado de mis compañeras de militancia y compartir algunas ideas sobre cómo considero que la expansión de la cultura terapéutica está afectando a la movilización social. Las ramificaciones de lo terapéutico son complejas y diversas, así que he incluido un esquema general en el que he trazado algunas de ellas.



LAS EMOCIONES EN LA MILITANCIA: DE LA ECOANSIEDAD A LA ECORABIA

Hace unos meses, mientras preparaba una charla sobre terapeutización de los movimientos sociales, comenté algunas de mis ideas con una amiga muy sensibilizada con la crisis climática y militante de *Extinction Rebellion*. Surgió la cuestión de la *ecoansiedad* y me explicó que había asistido a una charla sobre clima y emociones. Allí se planteaba que el concepto de *ecoansiedad* parece estar llegando a todos los rincones y, en cambio, no ocurre lo mismo con otras emociones asociadas a la crisis climática, como por ejemplo la *ecorabia*. A pesar de que —o precisamente porque— la

1) Texto basado en la intervención durante la "Mesa Epistemologías del turbocapitalismo - XXVI Jornadas AMSM Salud mental en los infelices años 20". Mayo de 2023. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=4uGWFFRefMM>

ecorabia es una emoción que podría tener un potencial mayor en la lucha ecologista actual. La *ecorabia* así formulada alberga la reacción, la respuesta de rechazo colectivo y centrífugo, mientras que hablar de *ecoansiedad* remite casi inevitablemente a lo individual, a lo centrípeto, al malestar íntimo, paralizante y fácilmente patologizable.



Fuente: Pixabay

En el boletín anterior se podía leer la transcripción de la mesa redonda *Salud mental y emergencia climática: huidas mentales*², en la que Belén González y Contra el Diluvio analizaban esta cuestión [Boletín n. 49, primavera, 2023]. Belén González compartía su preocupación por la patologización de la *ecoansiedad* y por su consideración desde la APA como un “temor crónico a sufrir un cataclismo ambiental que se produce al observar el impacto aparentemente irrevocable del cambio climático y la preocupación asociada por el futuro de uno mismo y las futuras generaciones”. González alertaba de la descripción de esa “nueva patología” como “la excesiva preocupación por el cambio climático”. En un contexto como el actual, en el que las nimias medidas que se están tomando para evitar una extinción masiva—porque la mortandad masiva ya se está produciendo en otras especies y en la nuestra— y su desproporción con la amenaza inminente debieran impedirnos

considerar “excesiva” cualquier reacción de preocupación. Una visión militante debería tener muy claro que la clave no está en dejar de estar preocupadas, sino en qué se puede hacer para evitar el colapso. González también llamaba la atención sobre la paradoja de considerar que la solución a esta preocupación es el tratamiento clínico, cuando es el sistema sociopolítico y económico el que necesita una transformación urgente. Ponía varios ejemplos de esta centralización de las soluciones en el tratamiento clínico individual: una mujer que acaba en salud mental por un insomnio seguramente provocado por las altas temperaturas en un domicilio mal aislado en un barrio obrero madrileño, o los síntomas depresivos de una joven desanimada en los estudios y en sus proyectos vitales por estar viviendo el día a día de nuestra largamente anunciada aproximación al colapso.

El hecho de plantear la preocupación climática como una nueva patología que podría encontrarse en futuras ediciones del DSM es esperpéntico. Por suerte, gracias a la distancia de los últimos años, situaciones parecidas resultan ahora ridículas. Por ejemplo, la consideración de que las activistas de la Plataforma de Afectados por la Hipoteca tendrían que haber optado por la terapia individual para tratar sus cuadros de ansiedad y depresión, en lugar de dirigir su malestar a los bancos. A pesar del bombardeo mediático y de la invención de una “crisis de la okupación”, el derecho a la vivienda continúa teniendo una gran fuerza simbólica en determinados sectores. Sin embargo, se crean nuevas palabras como la *ecoansiedad* y entran en el imaginario colectivo como nuevos salvavidas, patologizando y justificando el malestar al mismo tiempo. Sirven de asidero precario para las fracturas identitarias de la contemporaneidad del mismo modo que lo hicieron antes otras etiquetas, como la histeria femenina. De pronto la persona precaria, desbordada por sus condiciones de vida insostenibles, encuentra en el diagnóstico una mezcla agri dulce de estigma y de justificación aplicable a su naufragio particular. Más allá de la necesidad concreta de responder a los gritos de auxilio individuales y de evitar en lo posible el dolor psíquico, urge una reacción colectiva a gran escala.

En los contextos en los que he escrito con más asiduidad, la crítica a la cultura terapéutica y a sus tiranías suele responderse agitando las cifras del aumento de las tasas de suicidio y de dispensación de psicofármacos. Me ahorraré aquí las justificaciones porque considero que escribo en un medio especializado y que quien me lee entiende que lo cortés no quita lo valiente. La necesidad de plantear una crítica sólida contra la hegemonía de lo terapéutico no sólo no entra en contradicción con ayudar a quienes sufren, sino que es condición de posibilidad para la eliminación del sufrimiento psíquico.

2) Disponible en: <https://amsm.es/2023/07/06/salud-mental-y-emergencia-climatica-huidas-mentales-boletin-n49-primavera-2023/>

SENTIDO COMÚN TERAPÉUTICO EN LAS ASAMBLEAS FEMINISTAS

En mis espacios de militancia he asistido a ejercicios de autocompasión y de búsqueda interior de traumas ocultos que harían estremecerse –de horror o de placer– a muchas psicoanalistas. La cuestión del *trauma* es amplia y compleja, y se ha planteado de mil maneras desde Freud, tanto en el campo de las *disciplinas psi* como fuera de ellas. Aquí trataré de explorar la cuestión en el subcampo de la antropología de la memoria, donde se habla de la *Era de la Memoria* y, concretamente, de la memoria del dolor.

El llamado *giro memorialístico* de las últimas décadas no sólo atañe a la recuperación de los restos de personas fusiladas en todo el territorio español y abandonadas en las cunetas. Se refiere igualmente, por ejemplo, a la construcción de identidades colectivas profundamente ligadas a la transmisión social de injusticias y traumas. En un momento como el actual, esos traumas pueden estar relacionados con crímenes de lesa humanidad, como la esclavitud, el Holocausto, el terrorismo machista, el genocidio de la población palestina por parte de Israel o la guerra civil española; pero también pueden producirse más “a la carta”, a pequeña escala. Pueden incluso convertirse en *modas* que afectan a colectivos concretos en los que de pronto todo un grupo de militantes descubre traumas infantiles similares. El descubrimiento de esas vivencias ocultas a través del análisis retrospectivo, además, se performatiza desde la *afectación*, una especie de actitud de exhibición y sobredramatización de la vulnerabilidad. Para el sociólogo Frank Furedi, en las sociedades dominadas por la cultura terapéutica se está desarrollando un tipo específico de vulnerabilidad que él denomina *vulnerabilidad social*. Furedi habla de ella como de una forma de *afectación* que funciona como una forma de *ampliación* de la vulnerabilidad. Es decir, no *nos mostramos* socialmente más vulnerables, sino que *nos convertimos* en socialmente más vulnerables, y esa nueva vulnerabilidad la aprovecha el sistema capitalista neoliberal para generarnos nuevas necesidades mercantilizables. Falsas necesidades capitalistas como las que critica frecuentemente Guillermo Rendueles en materia de salud mental.

En el seno de las sociedades afectadas por las culturas terapéuticas se está produciendo un fuerte cambio de paradigma que es importante señalar y que en los espacios de militancia feminista está pasando desapercibido, frecuentemente camuflado como ejercicio de *cuidados*. Pondré un ejemplo: en el pasado, las sesiones de *autoconciencia* –*antiesclavista* a principios del siglo pasado y *feminista* a partir de los años 70– trataban de recoger el sufrimiento individual para construir un análisis

colectivo de la opresión y desmontar así el sistema de desigualdad. Infinidad de grupos de personas racializadas –concretamente de personas que habían sido esclavizadas y habían huido o comprado su libertad–, por un lado, y de mujeres –principalmente blancas–, por otro, se reunieron asiduamente durante décadas. El objetivo era poner en común su opresión y dibujar un mapa útil de los prejuicios y condicionantes sociales del sistema racista y patriarcal. Una especie de carta de navegación que les ayudase a sobrevivir a las violencias y a transformar la sociedad. En la actualidad, quedan pocos grupos de autoconciencia y los que existen no se centran en integrar aquella famosa frase de “lo personal es político”, sino que funcionan como espacios de recentralización de lo privado. Es decir, responden más bien al “lo político es personal y psicológico” que denuncia Dau García Dauder³. Sí existe, por otra parte, una práctica concreta en muchas asambleas actuales que podría considerarse heredera de los grupos de autoconciencia feminista, pero que difiere bastante cuando se mira de cerca: la dinámica de la *ronda de sentires*.

Las *rondas de sentires* son un momento inicial de las asambleas en el que cada persona expresa brevemente cómo se siente, con qué disposición llega y otras cuestiones –generalmente emocionales– que quiera compartir con el grupo. La realización de rondas de sentires en las asambleas suele establecerse como parte del *acuerdo de cuidados* de los colectivos, un acuerdo verbal o escrito en el que se establecen las normas de convivencia en base al modelo social del grupo. Algunos *acuerdos de cuidados* incluyen otra *ronda* como cierre de sesión, un espacio para expresar las emociones vividas durante la asamblea. En muchas asambleas los *acuerdos de cuidados* se leen al inicio de cada reunión y están a la vista en versión papel en el espacio de manera permanente. Estos *acuerdos* suelen incluir cuestiones diversas. Por ejemplo, referentes a la agilidad de las reuniones: piden responsabilidad en la extensión de las intervenciones o respeto a las personas que moderan, redactan el acta y gestionan el tiempo. Igualmente, pueden referirse a las condiciones formales de la participación: libre, con compromiso de respetar la confidencialidad, de manera argumentada y/o respetando los turnos de palabra. También pueden recoger otras pautas, por ejemplo, inspiradas en la comunicación asertiva y otras guías de trabajo con grupos: hablar en primera persona, evitar los juicios, evitar dar consejos o cuidar el lenguaje.

3) Intervención de García Dauder en la presentación (25/02/2017) del libro VV.AA. *Contrapsicología: de las luchas antipsiquiátricas a la psicologización de la cultura*, editado por Roberto Rodríguez. Disponible en audio en la web de Traficantes de Sueños: <https://traficantes.net/actividad/contrapsicologia-%C2%ABde-las-luchas-antipsiquiaticas-la-psicologizacion-de-la-cultura%C2%BB> (consulta agosto de 2023).

Este último grupo es especialmente relevante en la crítica a la terapeutización de las asambleas porque es precisamente el que diferencia estas técnicas y la *autoconciencia feminista*. Ambas estrategias comparten la expresión del malestar individual en un contexto grupal. Sin embargo, la reflexión crítica, el compartir experiencias propias y de personas cercanas –aunque se respete la confidencialidad y no se digan nombres– y el esfuerzo colectivo para ayudar a esa persona a ver su situación con claridad y también a resolverla, es decir, el ejercicio de aconsejar, son imprescindibles en la *autoconciencia feminista*. En cambio, están literalmente prohibidos en las *rondas de sentires* en particular y, en general, en las asambleas de muchos colectivos.

La cuestión del *cuidado del lenguaje* es un tema aparte, que esconde una gran complejidad bajo la apariencia simple de “no insultar” o “no ofender”. Esto es así porque, especialmente en los espacios de militancia política más explícitos, se ha vuelto de *sentido común –terapéutico–* la posibilidad de cerrar discusiones políticas con la ya conocida queja individual “me está removiendo” / “me está afectando”. En este punto, la premisa de “cuidar el lenguaje” se convierte más en una advertencia que en una recomendación. De manera implícita, se está considerando que la violencia no se produce únicamente cuando una persona violenta a otra, sino también cuando alguien se *siente* violentado/a. El criterio para establecer qué es violencia y qué no deja de basarse en las acciones y se traslada a las reacciones, priorizando las reacciones emocionales, digamos, “negativas” como el sentirse triste, ofendida o violentada. Una situación especialmente delicada en un contexto en el que se está denunciando un proceso de aumento de la *vulnerabilidad social*. Es decir, al mismo tiempo que aumenta la sensibilidad social, cambia el criterio de identificación de situaciones violentas: nos sentimos más *removidas* y, además, sentirse removida se convierte en sinónimo de haber sido agredida. Cuando todo “nos remueve”, cuando todas y todos hablamos de “la depre” y/o de la “ansiedad que provoca la militancia política”, los criterios para valorar críticamente las problemáticas se desdibujan. El sufrimiento parece extenderse, se generaliza en una performance colectiva de la afectación que no ayuda a quienes más sufren, pero que sí es muy útil para las *disciplinas psi* y su cartera de clientes. El estigma de los “agudos” no desaparece, sólo se pone de moda estar entre quienes quieren buscarse a sí mismos/as a través de las *disciplinas psi* y la performance de la afectación.

Existe un peligro argumental importante en este punto, un alto riesgo de malinterpretación. Por eso me parece necesario aclarar que decir que no siempre que una persona se siente removida ha sido violentada no es negar la violencia simbólica, ni la

luz de gas. No es no creer a las víctimas. Pongamos un ejemplo: hemos visto cómo el sistema judicial español es capaz de rebajar penas por violación grupal porque la víctima no parece suficientemente “traumatizada”. Sin embargo, que este sistema esté ciego a las señales de violencia y los agravantes –como hacer un video de la violación–, no quiere decir que no existan formas de identificar la violencia en una víctima. La cuestión aquí es que esas señales son más complejas y no se perciben fijándose en si la víctima parece triste o feliz. Quizás en este boletín no sea necesario aclarar este punto concreto, pero hay que generar vías alternativas de identificación de la violencia, más complejas, basadas en un sentido común feminista y que vayan más allá de la simplicidad mediática. Hay que generarlas y también es necesario introducir en los procesos judiciales las formas de identificación que ya existen.



Fuente: Pixabay

Es en este sentido –y después de esta aclaración– como debe leerse la afirmación de que es posible tratarse con respeto mutuo sin necesidad de tener un sistema represivo en los colectivos que advierta de los delitos y amenace con sanciones. La apuesta antiterapéutica es, ante todo, un ejercicio analítico y experimental, una propuesta de transformación social. En las sociedades postmodernas de la infantilización, de la desposesión y del paternalismo del *poder terapéutico* es necesario plantear un ejercicio de ética colectiva y de experimentación social en profundidad. Porque las formas de tiranía emocional que he descrito no son casos aislados, sino que forman parte del *modus operandi* y del *modus vivendi* de muchos colectivos. Son especialmente preocupantes porque suponen una retirada de lo social, un límite al debate y a la construcción de utopías. Además, están contextualizadas en un *sentido común terapéutico* que las considera *naturales* y avaladas por las *disciplinas psi*, es decir, científicas.

“...si en las sesiones de autoconciencia se trataba de compartir las violencias para diseñar un esquema de la desigualdad que contribuyera a visibilizar la injusticia social, aquí nos encontramos con la imposibilidad de abordar los temas claves de la historia de la lucha feminista y antirracista.”



Fuente: Unsplash

“...hablar de los conflictos, como en las rondas de sentires, se hace siempre en clave individual, sin derecho a réplica ni a generar una situación de experimentación e intercambio.”

He observado, además, que afectan especialmente a ejercicios de identificación de violencias patriarcales. Por ejemplo, he asistido a diferentes procesos sancionadores en espacios militantes en los que se trataba de dar respuesta a las agresiones machistas en el espacio o perpetradas por miembros del colectivo. Allí he sido testigo de cómo el “me remueve” ha impedido que se comparta la información necesaria para comprender qué ha pasado realmente. No se trata aquí de forzar a la persona agredida a exponerse públicamente, sino de elevar una preocupación: ¿cómo evaluamos si en un espacio se están produciendo agresiones machistas y de qué gravedad, si no es posible hablar de lo que está pasando?

He asistido a procesos de reflexión de este tipo en los que hablar del tema en cuestión *removía* demasiado, así que no era posible saber cuántas agresiones había, de qué características, perpetradas por quién ni contra quién. Como consecuencia, simplemente se daba por supuesto que las agresiones se estaban produciendo, ya que, al fin y al cabo, estamos en un contexto machista. Con la crítica que planteo no quiero dar a entender que no existan esas agresiones, pero sí considero que es necesario dejar de hablar del aire. Si en las sesiones de *autoconciencia* se trataba de compartir las violencias para diseñar un esquema de la desigualdad que contribuyera a visibilizar la injusticia social, aquí nos encontramos con la imposibilidad de abordar los temas claves de la historia de la lucha feminista y antirracista. Las violencias vuelven a comentarse en los corrillos y en los *espacios de seguridad* que frecuentemente se establecen durante este tipo de sesiones. Normalmente los *espacios de seguridad* se sitúan en salas contiguas, su función es servir de refugio para que pueda retirarse allí quien sienta que está sobrepasada —normalmente junto a alguna amiga o confidente cercana—. Esta vuelta a lo individual, a lo íntimo, esta imposibilidad de abordar colectivamente las opresiones, se camufla como autocuidado y cuidado mutuo, pero tiene mucho que ver con la *vulnerabilidad social* de la que habla Furedi. La performance de la afectación y de lo políticamente correcto es tan eficaz, que somos incapaces de abordar colectivamente la vivencia de la desigualdad. Parece evidente que en este contexto el espacio “adecuado” para esa expresión de las consecuencias de la injusticia social —siempre desde un *sentido común terapéutico*— es el de la consulta de la psicoterapeuta de cada cual.

Incluso en los casos en los que sí se consigue hablar de los conflictos, como en las *rondas de sentires*, se hace siempre en clave individual, sin derecho a réplica ni a generar una situación de experimentación e intercambio. Se pueden *expresar*, pero no es posible *experimentar* en la interacción colectiva. Digamos que el tema de conversación sigue siendo un *individual* que no puede hacerse *común* ni *político*; que se aborda en compañía, pero con objetivos de bienestar y crecimiento personal. En la cultura terapéutica, las asambleas políticas se convierten en espacios colectivos aprovechados para la *revisión personal*. Para crear —en el mejor de los casos— un *privado de grupo* que convierte las dificultades en cuestiones que hay que solucionar en terapia y no en las calles. En la militancia en sociedades terapéuticas, compartir las opresiones desde la generosidad de construir entre todas un marco analítico para destruir el cisheteropatriarcado parece haber perdido su sentido. Suena casi *tóxico*, demasiado desconsiderado con la diversidad de sensibilidades. Pero el sistema de opresión continúa estando ahí, las opresiones económicas, políticas y sociales no han desaparecido, así que cabría preguntarse a quién beneficia que la militancia “remueva tanto” y que se haya convertido en invivible para muchas personas.

Desde la antropología de la memoria se ha señalado la importancia de lo traumático en la construcción de identidad colectiva. En su libro *La memoria social: breve guía para perplejos* (2010), el sociólogo Alejandro Baer habla extensamente del carácter colectivo de la memoria y de los cambios que está produciendo ese llamado *giro memorialístico*. Una de las cuestiones que analiza es la centralización del papel del testigo y de su testimonio. “En una cultura en que la recuperación de la memoria es determinante para la formación de identidad emerge un nuevo cogito: sangro luego existo” (Baer, *La memoria social*, 2010: 146). Baer señala los posibles efectos perversos de esta atención de la mirada hacia los testigos:

“En el plano individual: Síndrome de la falsa víctima (los casos de Benjamin Wilkomirski, el falso superviviente del campo de Maidanek, o de Enric Marco, falso superviviente republicano de Mauthausen, son paradigmáticos); o, en el plano social, la envidia de memoria entre grupos que compiten en una supuesta jerarquía del sufrimiento colectivo en el espacio público, serían los efectos perversos de una cultura de la memoria centrada en exceso en el testigo y su testimonio” (Baer, *La memoria social*, 2010: 146).

Desde otros ámbitos se ha criticado fuertemente la capacidad de las disciplinas *psi* para generar traumas a través de la revisión del pasado de los y las pacientes. Un ejemplo clásico entre otros es el capítulo tercero, “Psicoanálisis muerto analiza”, del libro *Diálogos* (1997) de Gilles Deleuze y Claire Parnet, en el que los autores reflexionan sobre cuestiones como la transmisión de los problemas de salud mental y plantean un cambio fundamental: el paso de un paradigma de transmisión genética, es decir, de la suposición de que la enfermedad pasa

de p/madres a hijos/as a un paradigma de transmisión que ellos describen como “vampírico” en el que son las amistades las que se insisten unas a otras para que hagan uso de la oferta de las disciplinas *psi*. Este modelo vampírico encaja bastante bien con el tipo de prácticas de introspección y regulación terapéutica que he presenciado en espacios de militancia.

Por otra parte, no quisiera desmerecer el dolor producido por estos procesos de autorrevisión porque, aun siendo autoinfligido, tiene su origen en la incorporación de las nuevas formas disciplinarias generadas por el neoliberalismo. Sí considero, en cambio, que es necesaria una reflexión más compleja. Es una reflexión en que la llevo tiempo trabajando y en la que aún me queda mucho por analizar y aprender, pero sobre la que modestamente he tratado de aportar aquí algunas ideas que considero claves en un proceso de *desterapeutización* de los espacios políticos. He tratado de visibilizar que estos ejercicios de autoflagelación militante necesitan una contextualización más amplia. Es necesario visibilizar que su arena inmediata es la hegemonía de *las culturas terapéuticas* y, con ella, la rápida expansión del *sentido común terapéutico*.

CONCLUSIONES

A modo de cierre, quisiera rescatar algunas cuestiones que considero centrales. En primer lugar, la importancia de reflexionar críticamente sobre el carácter cultural de la expresión emocional. Las emociones y su expresión constituyen una herramienta de comunicación básica de las sociedades humanas. En este sentido, es necesariamente falaz la creencia de que una o varias disciplinas —léase disciplinas *psi*— pueden ostentar el monopolio de la expresión emocional *sana*. Por otra parte, partiendo de la diversidad en la expresión emocional que presentan las diferentes culturas humanas y de las que han dado cuenta antropólogos como David Le Breton en *Las pasiones ordinarias: antropología de las emociones* (1999); resulta cuanto menos pretencioso considerar que existe una única forma de expresión emocional —terapéutica— correcta y que, además, su descubrimiento se debe al estudio empírico realizado por las disciplinas *psi* occidentales.

Por tanto, situándonos en la necesidad de una revisión crítica de la emocionalidad terapéutica, planteo la importancia de la experimentación colectiva frente a la expresión emocional. La expresión de cómo nos sentimos depende de la “moda emocional” en la que estemos insertas como sociedad y tiene un carácter introspectivo. En cambio, la experimentación lleva a la creación de nuevos modelos de sociedad y lo hace a través de la interacción colectiva.



Fuente: Unsplash

La propuesta que planteo se inicia con la recentralización de las condiciones sociopolíticas y económicas en los ámbitos de la salud mental y de la militancia política. Requiere una revisión crítica de las definiciones de salud y de enfermedad mental y física, así como un cuestionamiento de la *vulnerabilidad social* como herramienta emancipadora. En el contexto actual de genocidio en Gaza, rescato como ejemplo de crítica antiterapéutica –aunque quizás ella no las enmarcaría exactamente así– las palabras de Safia El Aaddam, comunicadora y activista antirracista. Este 19 de octubre de 2023, El Aaddam denunciaba en redes la cantidad de activistas y comunicadoras/es blancas/os que habían evitado posicionarse públicamente en contra del genocidio de la población gazatí amparándose en la necesidad de “autocuidado”, en que debían protegerse emocionalmente de la situación de violencia. El Aaddam cuestionaba un autocuidado muy concreto: blanco, capitalista e individual; y planteaba la necesidad de recuperar otro que fuera colectivo y activista.

La clave del debate sería reflexionar sobre la dirección ideológica que se oculta tras los diferentes modelos de autocuidado, cuidados feministas y expresión emocional. Y, sobre todo, sobre los riesgos que asumimos al permitir que un único modelo emocional y de relación, el terapéutico, se haga cargo de las relaciones interpersonales y, con ellas, de la militancia política. Un modelo que, no nos olvidemos, se ha gestado en instituciones pensadas para el control social como lo son

inevitablemente las *disciplinas psi*. El carácter políticamente interesado del modelo y de las instituciones que lo han creado debe mantenerse siempre a la vista. Una necesidad que han demostrado en incontables ocasiones las y los investigadores y profesionales de dentro y fuera de las disciplinas *psi*, y de la que es visible heredera toda la tradición antipsiquiátrica y contrapsicologista. Apliquemos todo lo que sabemos de estas luchas y cuestionemos el giro terapéutico de los movimientos sociales actuales.

REFERENCIAS

- Asociación Madrileña de Salud Mental-AMSM (2023). *Mesa Epistemologías del turbocapitalismo de las XXVI Jornadas de la AMSM. Salud mental en los infelices años 20*. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=4uGWFFRefMM>
- Baer, Alejandro (2010). *La memoria social: breve guía para perplejos*.
- Asociación Madrileña de Salud Mental-AMSM (2023). Boletín número 49 de la Asociación Madrileña de Salud Mental. Primavera 2023. Disponible en: <https://amsm.es/2023/05/11/boletin-completo-n49-primavera-2023/>
- Furedi, Frank (2004). *Therapy Culture. Cultivating vulnerability in an uncertain age*, Routledge London-NY.
- Gilles Deleuze, Gilles y Parnet, Claire (1997). *Diálogos*. Pre-textos.
- Le Breton, David (1999) *Las pasiones ordinarias: antropología de las emociones*. Nueva Edición Argentina.
- Rodríguez, Roberto (Ed... VV.AA (2016). *Contrapsicología: de las luchas antipsiquiátricas a la psicologización de la cultura*. Dado Ediciones.

NOTAS SOBRE VÍNCULO POLÍTICO E INDIVIDUALISMO¹

Clara Navarro Ruiz²

Universidad Complutense de Madrid
claranavarro@ucm.es



Fuente: Unsplash

“La preocupación por la propagación del individualismo y la soledad...problema con diferentes causas y condicionantes...desde...la filosofía... el por qué y el cómo: por qué miramos cada vez más sólo a nuestro propio ombligo y cómo ha sido posible que suceda.”texto”

La preocupación por la propagación del individualismo y la soledad está presente en cada vez más sectores de nuestra sociedad. Nadie pone en duda que este es un problema con diferentes causas y condicionantes, algo que invita a verlo desde diversas disciplinas. Aunque no estoy muy segura de que la mía —la filosofía— sea la más adecuada para ofrecer una respuesta satisfactoria, me gustaría pensar que estas líneas harán posible, por lo menos, plantear mejores preguntas. Las que, de entrada, nos abordan al acercarnos a la creciente soledad del individuo son, sin duda, el por qué y el cómo: por qué miramos cada vez más solo a nuestro propio ombligo y cómo ha sido posible que suceda³.

La respuesta, ya lo he dicho, puede abordarse de diferentes maneras (y ni siquiera tienen que tener necesariamente forma escrita y/o teórica). Mi humilde propuesta es hacer ver que el individualismo, lejos de ser un mero fenómeno cultural, es una característica inherente a nuestra tradición de pensamiento (donde “nuestra” se refiere a la tradición de pensamiento occidental). Por todo ello, en este escrito me gustaría hacer ver cómo el individuo ha sido el protagonista central a la hora de pensar el sujeto y la vinculación política a partir de la modernidad en Occidente, así como algunas de las consecuencias que posee la prevalencia del individuo en el capitalismo contemporáneo. Esto, que suena muy rimbombante, lo voy a hacer partiendo de uno de los pensadores más influyentes de la teoría política moderna, Hobbes (también mencionaré a Locke, pero muy brevemente) y tras ello, señalaré la presencia de sus teorías en ciertas concepciones del individuo del siglo XIX. Después, veremos una de las traducciones contemporáneas de este individuo moderno en el contexto contemporáneo, centrándonos en el ámbito de las emociones: la obra de Eva Illouz será aquí fundamental. Por último, para terminar con una nota positiva, daremos cuenta de algunas de las respuestas que algunas teorías críticas están realizando a este paradigma para pensar un mundo diferente.

Comencemos pues hablando de uno de los filósofos más importantes de la filosofía política moderna y contemporánea, Thomas Hobbes. Este autor inglés es considerado uno de los primeros pensadores de la soberanía y su trabajo ayudó a sentar las bases teóricas de la forma política secular, es decir, aquella forma de gobierno que (en contraposición a las teorías propias de la filosofía política medieval) comenzó a pensar el campo de lo político y lo estatal al margen de fundamentaciones religiosas, desligadas de consideraciones éticas. En esta época, por tanto, lo político se empezó a considerar de forma independiente, esto es, como un ámbito de la realidad que se distingue de otras facetas de la vida.

- 1) Texto basado en la intervención durante la “Mesa Epistemologías del turbocapitalismo - XXVI Jornadas AMSM Salud mental en los infelices años 20”. Mayo de 2023. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=4uGWFFRefMM>
- 2) Clara Navarro Ruiz es investigadora postdoctoral en el departamento de Filosofía y Sociedad de la Facultad de Filosofía de la Universidad Complutense de Madrid y autora de *El capitalismo de hoy, la incertidumbre de mañana* (Pepitas, 2022). Este trabajo se ha desarrollado gracias al apoyo del proyecto de investigación “Precariedad laboral, cuerpo y vida dañada. Una investigación de filosofía social” (PID2019-105803GB-I0/AEI/10.13039/501100011033) del que forma parte.
- 3) Tal como muestra un informe de la Comisión Europea de 2018, 30 millones de personas en la Unión Europea se sienten solas con frecuencia. (Recogido en www.soledades.es).

En este intento de pensar de una nueva manera el campo de lo político, en la época moderna fue muy habitual apelar a la naturaleza humana y su esencia para fundamentar lo que debía ser el compromiso político. En relación con esto, es muy corriente encontrar que los filósofos de la modernidad apelan a diversos “estados de naturaleza” de la humanidad para construir los pilares de su pensamiento político. ¿Por qué apelar a la naturaleza y de qué forma se entiende esta? Según W. Connolly, los filósofos de la modernidad abandonaron la idea según la cual la naturaleza es un texto en el que se puede leer la acción de Dios. Entonces, a diferencia de lo que había ocurrido anteriormente, comienzan a comprender esta, la naturaleza, como un material de trabajo a disposición de la humanidad, es decir, susceptible de manipulación y diseño; abierta a ser transformada por nuestra acción. Habida cuenta de esta nueva visión, la tarea del filósofo moderno tiene que ver con instituir un nuevo orden político justo en el marco de esta nueva noción de lo natural. En consecuencia, el estudio de la naturaleza humana ofrece un sólido cimiento desde el que entender la condición humana y gracias a dicho análisis, se hace posible fundamentar el nuevo vínculo político (Di Stefano, 1991, pp. 66-67).

En este sentido, me interesa particularmente la intervención hobbesiana, célebre por haber imaginado un estado de naturaleza en el que los individuos desconfían radicalmente los unos de los otros, donde la inseguridad y el miedo es patente. Hobbes parte de un estudio antropológico de nuestra esencia humana, la cual entiende como la condensación de múltiples pasiones, todas las cuales nos convierten en poco más que autómatas en busca de su satisfacción (Di Stefano, 1991, pp. 78-79). Su objetivo era mostrar, a partir de la descripción de esa condición humana, de esas pasiones irrefrenables que nos constituyen como individuos, los elementos fundamentales que había de tener presentes la sociedad civil en la constitución de un cuerpo político (es decir, los elementos fundamentales necesarios para fundar una comunidad política). De esta manera buscaba establecer, con conocimiento de causa y seguridad, una autoridad firme y prácticamente permanente e innegociable –de tintes absolutistas, pues– a partir del conocimiento, como ya he dicho, de ese conjunto de hechos de la condición humana (Di Stefano, 1991, pp. 69; 88-89). Que quisiera implantar una autoridad tan estricta, en cierto modo, no formaba parte del mero capricho de Hobbes, o sea, no lo hacía porque creyera sin más que una autoridad fuerte es mejor que una autoridad débil. Pensaba que era lo más adecuado para nuestro propio bienestar, dada nuestra propia naturaleza. Y es que, para Hobbes, nuestra condición humana es tal que, dejada a su solo albur (es decir, en ausencia de un mando incontestado)

genera una vida donde no es posible ni la industria, ni la paz, ni la tranquilidad, esto es, una vida indigna:

...durante el tiempo en que los hombres viven sin un poder común que los atemorice a todos, se hallan en la condición o estado que se denomina guerra; una guerra tal que es la de todos contra todos. [...]. En una situación semejante no existe oportunidad para la industria, ya que su fruto es incierto; por consiguiente no hay cultivo de la tierra, ni navegación, ni uso de los artículos que pueden ser importados por mar, ni construcciones confortables, ni instrumentos para mover y remover las cosas que requieren mucha fuerza, ni conocimiento de la faz de la tierra, ni cómputo del tiempo, ni artes, ni letras, ni sociedad; y lo que es peor de todo, existe continuo temor y peligro de muerte violenta; y la vida del hombre es solitaria, pobre, tosca, embrutecida y breve. (Hobbes, 2015 [1651] Cap. XIII, pp. 102-103)

Todavía hay una cosa más de la presentación de Hobbes que me parece interesante, que aparece en otro escrito, *De Cive*, que es diferente y algo anterior al que me he venido refiriendo. En esta pequeña obra, Hobbes presenta de forma sistemática y preliminar algunos de los aspectos del estado de naturaleza que luego aparecerían en su opus magnum, *Leviatán*.

En este librito hay un fragmento que da buena cuenta de la representación que se ha figurado Hobbes al pensar el estado de naturaleza, pues señala con una metáfora lo que tiene en la cabeza al retratarse a los individuos en su estado natural. En *De Cive*, en un rincón del texto, Hobbes nos pide que consideremos al hombre, a la hora de pensar el vínculo político “como si hubieran surgido de la tierra y, de repente,



Fuente: Pixabay

cuales setas, llegaran a la plena madurez, sin ningún tipo de compromiso con los demás” (Hobbes, 1642 en Di Stefano, 1991, p. 83). Hobbes nos pide, por tanto, que ese “estado de naturaleza” lo imaginemos conformado únicamente por seres adultos, maduros.



Fuente: Pexels

Esta metáfora, que puede resultar muy graciosa, nos habla de una cosa importante, que muchas teóricas feministas han puesto de manifiesto: que en la concepción del sujeto político en Hobbes hay una total ausencia de cualquier tipo de vínculo maternal y –lo que es más– de cualquier tipo de vínculo de colaboración en general, amén de cualquier tipo de cuidados. Es claro, entonces, que el sujeto político en Hobbes se piensa de forma radicalmente individualista y, de hecho, sus características aparentemente “naturales” coinciden enormemente con características propias de lo que podríamos llamar una extrema socialización masculina. Estamos ante una identidad que alcanza su madurez sin vinculación alguna con el resto y que solo se entiende en oposición a los demás, que niega cualquier vínculo de reciprocidad y repudia los vínculos de cuidado de sí y de los otros (Di Stefano, 1991, pp. 83-84; 88-89; 104).

Aunque es cierto que Hobbes sea el pensador político que tal vez de forma más cruda haya pensado el estado de naturaleza, no podemos decir que fuera el único que pensara que la supuesta “naturaleza humana” era de carácter radicalmente individualista. Cuanto menos, no fue el único que pensó que el vínculo político tenía que tener muy presente al individuo y sus necesidades propias. Un autor como Locke, por ejemplo, defendió en su tratado político de mayor importancia que la propiedad privada era un derecho originario y fundamental y, aunque concedía que existieran ciertas relaciones colectivas

–como las relaciones familiares– en el estado de naturaleza (Locke, 1999), entendía que la constitución del Estado tenía que servir fundamentalmente para preservar dicha propiedad. Locke entendía que la libertad del individuo consistía en la capacidad del individuo para el orden y disposición de sus acciones y propiedades (Locke, 1999, p. 47) y construyó su teoría política alrededor de esa idea básica.

No traigo aquí a estos pensadores por casualidad, ni para cargarlos con la culpa del individualismo rampante de nuestra modernidad contemporánea. Ambos no son sino fiel reflejo de las tensiones que sufrieron a lo largo de la modernidad las instituciones del Estado, el mercado y la comunidad, que comenzaban a desarrollarse al calor del desarrollo de las relaciones de competencia capitalistas. Como en cierto modo vería más tarde un autor como Marx, la filosofía moderna y su individualismo es inseparable de la imposición de las relaciones de competencia que instaura la estructura económica capitalista. Esta, la lógica capitalista, se sustenta en la fagocitación de los bienes, las relaciones y estructuras comunitarias, es decir, en la constante apropiación y explotación de nuestra naturaleza, cuerpos y trabajo⁴. Una dinámica que, desposeyéndonos cada vez más de la posibilidad de vivir al margen de las lógicas mercantiles, hace predominante un sujeto que se entiende al margen del resto, cual “champiñón” hobbesiano. De hecho, se ha argumentado que (Butler, 2020), todos estos “estados de naturaleza” propios de la modernidad han de ser entendidos como una forma de articular y fortalecer el poder estatal en el marco de la tensión entre clases y grupos enfrentados. De tal forma, lejos de ser una mera imaginación de cada uno de los filósofos, dichos “estados de naturaleza” pueden ser vistos como una representación fantasmagórica del imaginario colectivo, de las estructuras de poder y violencia del momento en que se formularon.

Más allá de estas disquisiciones y sea como sea, es útil pensar esta lógica competitiva como una especie de telón de fondo de las representaciones de la naturaleza humana que acabo de contar y de los modelos de individuo que presentaré a continuación, pues nos vamos al siglo XIX. Ahora quiero que comprobemos que la lógica individualista, además de proporcionar un modelo de vinculación política que excluye la interdependencia y vulnerabilidad del escenario político, impide que la mayoría de personas puedan ser entendidas “individuos” como tales. Y es que, tal y como ha demostrado la filósofa Zaharijević (2020; 2021), el lenguaje del liberalismo del siglo XIX indica claramente que la noción de individuo está cargada de exclusiones.

4) Esta dinámica de explotación y apropiación está muy presente en autoras como Pérez Orozco (2014) y Jason W. Moore (2020).

Considerémoslo detenidamente. Como ya expliqué antes, la intervención de los filósofos modernos, con su pujanza en pro de la noción del individuo, había hecho que se considerara que era este el que mejor podía representar su propio interés de forma legítima, esto es, cada cual era el mejor legislador respecto de sus propios intereses. El individuo adquiría así —de forma individual, sin tener en cuenta a los otros en la ecuación— el derecho a formar parte de la esfera política: si el individuo era el que mejor sabía de qué modo se debía gobernar a sí mismo, lo más consecuente era que este se representara y que decidiera, de forma individual, qué elementos de su persona quería hacer públicos o mantener en el ámbito de su privacidad (Zaharijević, 2021, pp. 87-88).

Esta capacidad del individuo de gobernarse a sí mismo y de responder por sí solo a su propio interés se ha denominado igualdad formal, la cual, para desgracia de la mayoría, tenemos que considerar “universal”, sí, pero únicamente de forma aparente. ¿Por qué? Porque para poder determinarse como tal individuo, como tal “soberano de sí”, de sus asuntos y de su persona, esto es, para ser verdaderamente independiente, el individuo no debía deberle su existencia a ningún otro, lo que implicaba ser independiente y autónomo en todo sentido posible —lo que incluye, por supuesto, ser independiente en sentido material—.

De esta forma, los proletarios, que dependían de la explotación de su fuerza de trabajo para su subsistencia, no podían ser calificados como tales individuos. Otro tanto ocurría con las mujeres, que no eran consideradas sujetos de propiedad, sino objetos de propiedad pertenecientes a la hacienda del varón (es decir, parte de la propiedad de alguien). Por supuesto, ellas tampoco podían ser, evidentemente, consideradas como tales individuos y carecían, por tanto, de la capacidad de gobernarse a sí mismas —algo que generó no pocas desgracias en su momento (Zaharijević, 2021, p. 89)⁵—. Por descontado, la humanidad y, por tanto, la capacidad de ser individuo tampoco estaba del lado de aquellos considerados “bárbaros” (discúlpese la expresión, pero esta es tal como se denominaba a las poblaciones consideradas “otras”, o sea, racializadas) (Zaharijević, 2021, p. 90).

Por tanto, ni proletarios, ni mujeres, ni aquellxs consideradx “bárbarxs” podían ser verdaderos individuos ni representar, de forma legítima, sus propios intereses. La manifestación más palmaria de esta concepción excluyente de la individualidad la encontramos, por supuesto, en la capacidad de voto. Si esta es hoy universal, es únicamente por la larga lucha de muje-

res⁶ y movimiento obrero para conseguirlo, pues en principio estaba únicamente restringido a varones con cierta capacidad económica.

Aunque mentar esta cuestión pueda parecer algo muy sencillo y un poco tonto, nos recuerda que nuestra tradición gubernamental y más concretamente, nuestra forma de pensar el vínculo político es heredera de una concepción fuertemente excluyente. En nuestras sociedades, hasta hace muy poco, la participación política solo era posible a costa de invisibilizar los hilos de dependencia y explotación que, queramos o no, nos unen a lxs unxs con lxs otrxs. Una invisibilización que, justamente, es la que hace posible el surgimiento de varones propietarios, es decir, de “soberanos de sí” que “no deben su existencia a nadie”.

Lo que aún es más grave es que esta trayectoria que nos es propia habla muy mal de nuestra forma de vinculación y potestad políticas, pues solo eran consideradas como legítimas las demandas de estos varones propietarios. Unos hombres que eran precisamente los que estaban al margen, como ya he dicho, de la trama de interdependencia y necesidad que conforma la realidad de la vida de la inmensa mayoría de la población. En definitiva, esta tradición que considera que la participación en la esfera civil ha de partir de un individuo que es soberano de sí mismo, implica poner encima de la mesa la primacía de las relaciones de propiedad, haciendo que el *homo politicus* sea única y exclusivamente el *homo oeconomicus*. De esta forma, se convierte en sujeto por excelencia del capital a aquel que la economía feminista ha denominado como “BBVAh”: “el sujeto blanco, burgués, varón, adulto, con una funcionalidad normativa, heterosexual” (Pérez Orozco, 2014, p. 25; Zaharijević, 2021, p. 93-96). También implica borrar del horizonte nuestra propia corporalidad y vulnerabilidad constitutivas, pero sobre esto volveré más tarde.

Un ejemplo palmario de cómo esta concepción tan individualista y excluyente del sujeto ha calado en nuestra cultura lo encontramos en la figura de Robinson Crusoe, que podemos leer como un auténtico “héroe de la modernidad”. El estudio de Zaharijević (2020) indica que podemos leer la novela *Robinson Crusoe* como un auténtico manual de supervivencia y a su protagonista como el mayor representante de la independencia absoluta. El carácter icónico de dicho personaje generó que, ya en el siglo XIX, Robinson Crusoe se entendiera como paradigma del *homo oeconomicus*, aquel capaz de crear la sociedad desde cero (Zaharijević, 2020, p. 108). El tratamiento de las diversas figuras que aparecen en el texto da buena cuen-

5) Es el caso, por ejemplo, de Lady Bulwer Lytton, denunciado por el propio Marx en un artículo para el *New York Tribune* del 23 de Julio 1858.

6) Con todas sus contradicciones, la reivindicación del movimiento sufragista y personajes como Clara Campoamor es muy relevante en este sentido.

“...el mayor representante de la independencia absoluta...en el siglo XIX, Robinson Crusoe...paradigma del homo oeconomicus, aquel capaz de crear la sociedad desde cero...”

“...Ixs otrxs...fuente de miedo para Robinson... subordinación... mujeres... ausentes...individuo en la concepción clásica liberal... independencia... absoluta...autonomía.”

“...el modelo del individualismo extremo...a partir del siglo XIX... paradigma fundamental para la comprensión de la economía...individuo maximizador como unidad mínima... sobre la ...falacia de que lo que es verdadero a nivel individual lo es a nivel social...”

ta, no obstante, de ciertas de las ideas que acompañaban a este hombre supuestamente independiente y que nos vuelven a mostrar las exclusiones que posee este paradigma de “individuo” que venimos comentando.

Así, por ejemplo, Ixs otrxs que aparecen en la novela (el argumento nos cuenta que hay una tribu caníbal que visita frecuentemente la isla para sus rituales asesinos) son una fuente de miedo para Robinson, lo que denota que la sociabilidad, si bien muy alejada, no puede ser completamente eliminada. De hecho, el primer acompañante de Robinson, Viernes, es uno de los prisioneros de dicha tribu: vemos entonces que la relación social posible para Robinson se conforma única y exclusivamente a través de una subordinación –legítima, justa, eso sí–, en lo que parece una representación idealizada del imaginario colonial (Zaharijević, 2020, p. 112 y ss.). Por supuesto, las mujeres están también prácticamente ausentes: la esposa que adquiere Robinson al final del libro no recibe mayor atención que una sola frase en la que se relata su desposamiento, parto de tres hijos y posterior muerte.

En la figura de Robinson tenemos, por tanto, la perfecta materialización del individuo en la concepción clásica liberal (Mill, 2001, p. 13 en Zaharijević, 2020, p. 114), donde “individuo” es definido como aquel cuya independencia es absoluta, la cual solo puede adquirir aquel que es entero soberano sobre sí, sobre su cuerpo y sobre su mente. Todo este conjunto de conceptos e ideas, por cierto, se encuentran detrás y coinciden plenamente con lo que seguimos considerando bajo el término “autonomía”⁷.

Pero, volviendo a nuestro tema, podemos decir con seguridad que lo que he señalado en torno a Robinson Crusoe no dejaría de ser más que una mera ilustración de cierta coincidencia o, también, un ejemplo pintón, si no fuera porque el modelo del individualismo extremo se convirtió, a partir del siglo XIX, en el paradigma fundamental para la comprensión de la economía. Esto es algo que podemos incluso comprobar por nosotros mismos, dada la expansión de los patrones hipotéticos de estudio ético basados en el paradigma del individuo maximizador (como el dilema del prisionero, o los famosísimos ejemplos subsumidos bajo la categoría del “trolley problem”, o sea, todos esos modelos que usan la imagen de las vías del tren para decidir sobre una situación determinada). Este modelo del individuo maximizador como unidad mínima de la disciplina económica, además de partir sobre la base de la falacia de que lo que es verdadero a nivel individual lo es a nivel social –lo que es extremadamente cuestionable– también redundante en la eliminación de nuestro horizonte de comprensión un hecho fundamental que ya antes he expresado: la constatación de la dependencia inherente a nuestro cuerpo y el hecho de que la autonomía no es algo estático. Antes bien, lejos de ser una característica inamovible, es un *continuum* en el que se dan diversos grados de independencia/dependencia en el que nos vamos moviendo a lo largo de la vida, según nuestras necesidades y capacidades de recibir y/o ofrecer cuidados (Ezquerro, 2011). Pensar la economía desde este sujeto individualista silencia la gran mayoría de la experiencia humana y es responsable de que muchas de nuestras necesidades no parezcan tenerse en

7) Particularmente en su concepción “masculinista”. Véanse las siguientes palabras de Di Stefano: “The «mestizo» concept of autonomy captures [...] the modern discovery and valuation of freedom, reason, and agency housed within a conception of the self as an independent and reflexive rational chooser. [...] A number of themes recur in the literature: self-definition, self-mastery, self-determination, self-directedness, self-rule, self-respect, living in harmony with one’s (true) self, authenticity, and procedural independence in defining and identifying with the substance of these terms”. (Di Stefano, 2018, pp. 98-99).

cuenta por el pensamiento económico. Ponerlas en el centro para empezar a cambiar las cosas es justamente lo que hace la economía feminista, como explicaré al final.

Pero antes de ir a la parte de las soluciones, me gustaría hacer una última parada en las diversas manifestaciones del paradigma individualista en nuestro presente. Más concretamente, me quiero detener en la creciente incertidumbre que estamos sufriendo en el modo de vincularnos sexo-afectiva y emocionalmente lxs unxs con lxs otrxs, algo que está siendo abordado de forma muy notable por la socióloga Eva Illouz (2020). La premisa de esta autora es sencilla: la expansión del modelo de sujeto individualista, “soberano de sí” del que hemos estado hablando, va acompañado, indefectiblemente, de la creciente incertidumbre y desdibujamiento de las normas colectivas, ritos y convenciones respecto de lo que resulta aceptable en el ámbito de las relaciones afectivas.

La tesis de Illouz es la siguiente: en el marco de lo que ella denomina “capitalismo escópico”⁸ y el auge de las redes sociales, la pérdida de las relaciones sociales comunitarias provocada por la vida urbana, la intensificación del trabajo y la privatización de los espacios donde se lleva a cabo el mismo, no ha dado lugar de forma inmediata a la soledad, sino a una hiperconectividad virtual de extrema volatilidad que cristaliza en el establecimiento de relaciones extremadamente inciertas. Esta inseguridad e incertidumbre, por su parte, se gestiona en este capitalismo tardío únicamente mediante técnicas de carácter psicológico, todo lo cual se ejemplifica de forma clara en todo el auge de la “autoayuda” y el imperativo de “autorrealización” ligado a nuestra cultura. Para Illouz, aunque en muchas ocasiones vivamos ese traslado a lo psicológico como un proceso de empoderamiento, este no es todo lo fantástico que parece. Más bien casi al contrario –nos dice esta autora– pues, en realidad, estamos actuando bajo las premisas de la subjetividad económica y capitalista que mina el mundo social. Así, justo al revés de lo que muchxs deseáramos, esta dinámica nos lleva a encerrarnos en la esfera de nuestra individualidad (Illouz, 2020, p. 26-27). De hecho, que la respuesta a la creciente incertidumbre y desasosiego en nuestras relaciones únicamente esté viniendo desde el ámbito psicológico y de la autoayuda, es buena muestra de que la respuesta a la incertidumbre generada por la ausencia de relatos culturales se da sin poder invocar esquemas culturales comunes socialmente acordados, sino únicamente desde vocabularios asociados a la yoidad. En estos imaginarios son habituales los términos como “independencia” y “autonomía” (Illouz, 2020, pp. 140-141). La misma independencia y autonomía de la que hablábamos al referirnos a Robinson Crusoe.



Fuente: Unsplash

Y es que, aunque el imperativo de la libertad ha dado lugar a indudables progresos en materia sexual y emocional, una vez que el centro de gravedad se desplaza de la normativa de los relatos colectivos al ámbito del solo deseo y voluntad del sujeto, desaparecen, desde luego, muchos de los inconvenientes de las lógicas relacionales tradicionales, pero también las reglas para enjuiciar la necesidad o las reglas de reciprocidad y compromiso que los sujetos establecen. Esto ha generado, según Illouz, la expansión en el campo afectivo de “vínculos negativos”, que son relaciones que “tienen propósitos difusos, poco claros, indefinidos o controvertidos”, sin “un guion reglamentario para la vinculación y desvinculación” y que (lo que es más preocupante) “imponen penalidades nulas o mínimas por su disolución” (Illouz, 2020, p. 139). Todo ello deriva de la aplicación de la lógica mercantil en la organización y establecimiento de los encuentros y las relaciones personales, favoreciendo dinámicas de consumo materializadas de forma prototípica en el sexo casual, “sin compromiso”, pero que no por ello dejan de generar desigualdades, tal como sigue ocurriendo en las distintas reglas establecidas para cada género⁹ (Illouz, 2020, p. 309).

A la luz de estos hechos, Illouz afirma con rotundidad que el sujeto económico-sexual capaz de pasar rápidamente del *match* al *ghosting* es, en realidad, “el sujeto por excelencia de la modernidad”, aquel que realiza su individualidad a través de

8) Eva Illouz explica que el capitalismo escópico puede ser definido como una fase del capitalismo fuertemente consumista, en el que el aspecto se ha convertido en la característica central que condiciona el atractivo sexual de una persona. Este último se entiende también como un capital que representa su valía (Illouz, 2020, p. 180).

9) Tal como nos explica Illouz, estas diferencias se hacen patentes en hechos como que “las mujeres recurren al mercado de consumo para acicalar sus cuerpos con el fin de producir valor a la vez sexual y económico, mientras que los hombres consumen la producción de valor sexual femenino para usarlo como indicador de estatus en palestras de competencia masculina”. (Illouz, 2020, p. 309).

sus elecciones y deseos, que se muestra como verdadero soberano de su ser en tanto elige en función de sus emociones personales (Illouz, 2020, p. 146). El individuo, en la modernidad tardía, entiende su sexualidad y afectividad del mismo modo que entiende su economía: algo que no nos debe extrañar si, tal como había indicado al comienzo, entendemos la dinámica competitiva del capitalismo como telón de fondo de nuestros modelos de sujeto. Es este también el motivo por el que, desgraciadamente, tampoco nos extraña que, en la sección de autoayuda y crecimiento personal, todos los libros que podemos encontrar “comparten el mismo principio: búscate la vida y pisa a todo el que puedas por el camino” (Carmona & Padilla, 2022). Esto es, todos ellos nos invitan a guiarnos única y exclusivamente por nuestro criterio personal, en lugar de atender a las estructuras que están generando las diversas situaciones que generan conflictos entre nosotros. Sea como sea, la continuidad entre sexo-afectividad, individualidad y economía capitalista puede ser resumida en las siguientes palabras de Illouz:

Organizado bajo la égida del neoliberalismo, el capitalismo escópico crea una yoidad donde la economía y el sexo se entrelazan sin solución de continuidad y se realizan mutuamente. Ha emergido una nueva estructura de sentimientos que atraviesa, impregna e interconecta las esferas de lo económico y lo sexual, a la vez que genera una yoidad definida por una serie de características: flexibilidad (en forma de capacidad para circular entre múltiples parejas, acumular experiencias y llevar a cabo diversas tareas simultáneas); tolerancia al riesgo, a los fracasos y a los rechazos; y una intrínseca deslealtad (al igual que los accionistas, los amantes pueden retirarse para invertir en una “empresa” más rentable). Los agentes sexuales, tal como los agentes económicos, no solo operan con una conciencia agudizada de la competencia, sino que además adquieren destrezas de autosuficiencia y un sentido general de la precariedad. [...] Como resultado, los agentes sexuales desarrollan técnicas para defender su autoestima o su valía, aliviar la ansiedad, incrementar su desempeño (emocional) e invertir en futuros inciertos, técnicas todas provistas por el expansivo mercado de la autoayuda, la psicología y la espiritualidad. (Illouz, 2020, pp. 309-310).

Para no terminar de forma tan pesimista, me gustaría poner de manifiesto que, desde hace algún tiempo, la filosofía y economía feministas han venido argumentando en contra de este modelo de subjetividad y vínculo. Muchas autoras llevan décadas poniendo de manifiesto que el funcionamiento de la sociedad y nuestra propia existencia serían imposibles de sustentarse únicamente en el modelo de individuo soberano que

propugnó la modernidad filosófica y que, a nuestro pesar, promueve la dinámica competitiva del capitalismo. De esta forma, la Economía Feminista –pero también filósofas como Judith Butler y otras muchas– apuestan por entender al ser humano a partir de la vulnerabilidad e interdependencia constitutivas que nos caracteriza por nuestra propia corporalidad.

La Economía Feminista, por su parte, lleva años observando la economía desde la perspectiva de la sostenibilidad y sostenimiento de la propia vida y atendiendo al trabajo más allá del estrecho ámbito de lo que el capitalismo considera “empleo” (que es tal si y solo si es capaz de generar réditos y beneficios apropiables privadamente por un capitalista). Esto les ha llevado a mostrar que, una vez se pone el foco en las actividades de reproducción social (por expresarlo sencillamente: el trabajo doméstico y de cuidados) tanto el trinomio ocio-consumo-trabajo como la dicotomía dependencia-autonomía, así como la supuesta oposición entre individualidad-colectividad, piden ser repensadas a causa de la indistinción de sus límites (Ezquerro, 2011; Pérez Orozco, 2014). Una indistinción que nos debe obligar a pensar no de qué modo podemos subsumir las especificidades del trabajo de reproducción a la forma de trabajo capitalista, sino que, más bien, debe servirnos para empezar a pensar desde nuestras necesidades de cuidado (y no las de la producción capitalista) el modelo institucional que ha de acompañarnos para llevarlos a cabo de la forma más justa y equitativa posible, sin imposiciones indeseables.

Este trabajo de crítica ha cristalizado en el ámbito filosófico, como ya he dicho, en la puesta de manifiesto de nuestra condición interdependiente. Autoras como Butler, Tithi Bhattacharya o Isabell Lorey apuntan a que la condición humana tiene que ser entendida condicionada y afectada de manera indefectible por la dependencia en los demás y en las estructuras e instituciones que conformamos con los otros. Esto implica que el sujeto autónomo de la Modernidad, que se entendía de forma acabada, encerrado en sí mismo, se considera desde la filosofía feminista algo imposible. El ser ha de ser considerado siempre desde la relación, desde la apertura al otro (L. Gil, 2014, 2018): algo que nos sitúa en total contraposición al individuo hobbesiano con el que hemos comenzado este texto.

Desde luego, dado el maltrecho estado de nuestra situación política y nuestra precaria salud mental, cabe preguntarse por la posibilidad transformativa de esta noción de sujeto. En este sentido, aunque sea cierto que no podemos dejar de admitir que nuestros vínculos siguen a día de hoy atados al individualismo moderno, comenzar a pensar de otra forma el sujeto implica, ya en sí mismo, un gran avance. Como plantea L. Gil (2014, p. 290), solo en el momento en que nos hacemos

cargo de nuestra condición existencial precaria, vulnerable y relacional, podemos comenzar a imaginar escenarios de acción política diferentes, en lugar de (como sigue ocurriendo bajo el paradigma del sujeto competitivo de la esfera mercantil, bajo el modelo del *homo oeconomicus*) esconderla y ocultarla como si no existiera. Por ello, lo que ocurra de aquí en adelante no podrá ser sino tarea de todxs, así que a ella (n)os emplazo.

BIBLIOGRAFÍA

- Butler, Judith (2020). *The Force of Non-Violence. An Ethico-Political Bind*. Verso.
- Carmona, Marta & Padilla, Javier (2022). *Malestamos. Cuando estar mal es un problema colectivo*. Capitán Swing.
- Di Stefano, Christina (1991). *Configurations of Masculinity: A Feminist Perspective on Modern Political Theory*. Cornell University Press.
- (2018 [1996]). Autonomy in the Light of Difference. En Nancy J. Hirschmann & Christine Di Stefano (Eds.) *Revisioning the Political. Feminist Reconstructions of Traditional Concepts in Western Political Theory* (pp. 95-116). Routledge.
- Ezquerro, Sandra (2011). Crisis de los cuidados y crisis sistémica: la reproducción como pilar de la economía llamada real. *Investigaciones Feministas*, (2), pp. 175-194. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4131471>
- Hobbes, Thomas (2015 [1651]). *Leviatán, o la materia, forma y poder de un estado eclesiástico y civil*. Gredos.
- Illouz, Eva (2020). *El fin del amor. Una sociología de las relaciones negativas*. Katz.
- L. Gil, Silvia (2014). Ontología de la precariedad en Judith Butler. Repensar la vida en común. *Endoxa. Series Filosóficas*, 34, pp. 287-302.
- (2018). Vidas vulnerables, feminismo y crisis civilizatoria. En J. Solé Blanch y Asun Pié Balaguer (Coords.) *Políticas del sufrimiento y la vulnerabilidad* (pp. 39-54). Icaria.
- Locke, John (1999 [1690]). *Segundo tratado sobre el gobierno. Un ensayo sobre el verdadero origen, alcance y fin del gobierno civil*. Edición y notas de Pablo López Álvarez. Biblioteca Nueva.
- Moore, Jason W. (2020). *El capitalismo en la trama de la vida. Ecología y acumulación de capital*. Traficantes de Sueños. Disponible en pdf: <https://traficantes.net/libros/el-capitalismo-en-la-trama-de-la-vida>
- Pérez Orozco, Amaia (2014). *Subversión feminista de la economía. Apuntes para el conflicto capital-vida*. Traficantes de Sueños. Disponible en pdf: <https://traficantes.net/libros/subversi%C3%B3n-feminista-de-la-econom%C3%ADa>
- Zaharijević, Adriana (2020). Becoming a Master of an Island Again: On the Desire to be Bodiless. *Redescriptions: Political Thought, Conceptual History and Feminist Theory* 23(2), pp. 107-119. DOI: <https://doi.org/10.33134/rds.322>
- (2021). Independent and Invulnerable: Politics of an Individual. En B. Rodríguez López, N. Sánchez Madrid & A. Zaharijević (Eds.) *Rethinking Vulnerability and Exclusion. Historical and Critical Essays* (pp. 83-100). Palgrave MacMillan.

ANSIOSOS, MEDICADOS Y PRODUCTIVOS¹

Remedios Zafra

Escritora y profesora



Fuente: Pixabay

CARTA A LA SEÑORA X:

Usted me dice que algo ajeno le vive entre pecho y estómago. Le falta el aire y se angustia, golpea su corazón y la hunde en un pozo de tristeza rara, como un vacío o una náusea, igual aumenta su ritmo cardíaco que congela su cuerpo. Se siente inestable e inquieta. Solo el ansiolítico le calma.

En el vaivén de sentirse arriba y abajo, los demás la verán arriba porque ha contado las horas necesarias para que las pastillas hagan efecto cuando se requiere contacto visual con otros, pero la mayor parte del tiempo, en su intimidad sabe que estará abajo. La diversidad de pastillas para las vidas-trabajo pueden hoy bajar la inquietud, difuminar la tristeza y regular la inseguridad como el panel de control psíquico de una estabilidad temporal y aparente, como una carcasa pulida que esconde un interior dañado.

Usted va tan rápido que no tiene tiempo de verbalizarlo con calma. A los amigos se les ve de lejos y se les aplaza con un “a ver si nos vemos” conscientes del nunca se dan las condiciones ideales, los compañeros están enmarcados en la pantalla y orientados como usted a su evaluación productiva, a la familia no se la preocupa con más problemas. Por eso usted y yo, dos desconocidas, nos escribimos sin miedo a decir lo que realmente pensamos.

Le avergüenza pedir ayuda en la Seguridad Social. Saturados con salvar vidas amenazadas por virus, esta otra amenaza, también invisible, pareciera un lujo, una tara de los privilegiados con vidas vivibles, aunque sean precarias, cosa de frágiles psicoesferas. Sin embargo, usted sabe que ni mucho menos es la única. Lo ve calladamente en sus compañeros de trabajo, en las jóvenes madres saturadas, en los que ya son incapaces de dormir sin *Orfidal* o de relacionarse sin *Lexatin*. Adicta o yonki, como usted prefiera, todo cuanto le pasa, sus miedos y enfermedades son vinculados a la ansiedad por la que se minimizan los males del cuerpo como parte de una hipocondría derivada. Pero le cuesta dejar sus pastillas y esto aumenta su ansiedad.

Me dice que los especialistas que pueden tratarla son muy caros y anda perdida sobre cómo afrontarlo, de momento, las pastillas le bastan porque es lo que todos hacen, aunque cada vez se sienta más enganchada. Sonríe para la foto pero a solas me confiesa que su vida-trabajo la enferma. Le duelen cuello y espalda; en días alternos, el estómago, su angustia crece como su cuerpo se ensancha, duerme mal y se irrita fácilmente. La ansiedad cae como un hilo de menstruación bajo su pantalón. Es transparente y los demás no la ven, pero para usted esa pérdida lo impregna todo.

“...la verán arriba porque ha contado las horas necesarias para que las pastillas hagan efecto cuando se requiere contacto visual con otros, pero la mayor parte del tiempo, en su intimidad sabe que estará abajo.”

“...sabe que ni mucho menos es la única. Lo ve calladamente en sus compañeros de trabajo, en las jóvenes madres saturadas, en los que ya son incapaces de dormir sin Orfidal o de relacionarse sin Lexatin.”

1) Texto publicado en TintaLibre, en 2022. <https://www.infolibre.es/tintalibre/>
 Texto de un fragmento-ampliado- de la intervención de la autora en la Conferencia de clausura: Productivos y medicados. Un retrato de época - XXVI Jornadas AMSM. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=wZDNClg1FGE>

Entra en bucle pensando que el desasosiego empeora su salud, y se hunde y flota y llena su vida de tareas para evitar pensar en sí misma, o quizá (discúlpeme, porque la causalidad no está aquí del todo clara) las tareas ya estaban como base de esa ansiedad por la que el aire se le atasca en la garganta. Hace tiempo que el tiempo lo ocupan los plazos de entrega, los mensajes por contestar, la expectativa de cumplir lo prometido, de estar a la altura. Al sistema productivo le viene bien porque usted sigue trabajando y las pastillas le ayudan a aparentar que todo está bajo control. Solo en la intimidad que compartimos usted se deja caer.

Por mucho que el cuerpo mande señales y quiera dirigirse a la cama para descansar, siempre hay una fuerza mayor que empuja para dirigirla a la mesa de trabajo. De hecho, su cuerpo puede estar arropado como el de una enferma, pero su cabeza y manos siguen tecleando. La rutina hipnótica del trabajo llama a seguir haciendo y a considerar el descanso como parte necesaria de un proceso de trabajo. La tecnología lo pone fácil porque es portátil, viene con nosotros.

Usted también habita en ella. Las redes son plaza y herramienta de trabajo. Ser vistos es hoy un capital simbólico que a veces renta. Me sugiere que ahora la de muchos trabajadores sería una vida *precaria* pero con una ansiedad de *famoso*, exhibidos en el escaparate digital. Como respuesta, las estrategias de supervivencia a las que empuja el medio estimulan la máscara para evitar que la exposición afecte a capas más profundas. Más allá, donde empieza la carne, se naturalizan los ansiolíticos.

Aprende a recomponerse gestionando sus altibajos, combinando pastillas y botones. Ambos son respuestas rápidas a ese invento capitalista que es la prisa. La espera ha sido ocupada por una pantalla y la urgencia es el mantra. Todo está disponible a golpe de botón, todo puede ser interpelado, expuesto, compartido y de igual manera lo que le perturba puede ser apagado, desactivado, bloqueado, cerrado a golpe de dedo. Usted no habrá resuelto lo que le inquieta, pero si no lo ve, se calma.

En una época que desestima el pensamiento lento y esquiva la complejidad y la escucha, hemos naturalizado que la ansiedad no se trate, sino que se medique, no solo para seguir viviendo, sino para trabajar y seguir enfermando, con esa eficacia caduca que da pagar por un tiempo, por tener unas horas de paz, por vivir en un presente *presentificado*.

¿Se ha fijado que la ansiedad avivada por las economías de mercado favorece una docilización del sujeto a poderes explícitos y que esto acontece reforzando un individualismo nece-

sariamente competitivo? De muchas maneras la sumisión que implica sentirnos domesticados es posible porque se debilitan las formas de solidaridad entre nosotros. Decía Simone Weil que cuando se proyecta presión sobre los trabajadores, alcanzada determinada intensidad, la respuesta no es ya la *rebeldía* sino la *sumisión*. Usted mira a los lados, pero todos miran sus pantallas. Se siente sola.



Fuente: Pexels

Cuando tiene la tentación de frenar y recuperar un mayor control sobre sus tiempos, nota una presión deducida de «no puedo dejar de hacerlo». Pasa además que la mayor parte de tareas que conforman su trabajo están atadas con pequeños lazos de colaboración y agrado a alguien en su misma situación de estrés. Negarse a colaborar supone dañar ese vínculo, pero aceptar sin resistencia retroalimenta un sistema precario. Negarse supone además una publicidad negativa allí donde la vida conectada está sometida al escrutinio del escaparate público.

La impostura entrenada incita a mostrar que todo va bien porque el mercado laboral se nutre de energéticos y entusiastas trabajadores que alimentan la maquinaria productiva. Y fácilmente esa ansiedad deriva en una suerte de autoexplotación, siendo la clave la misma: desviar la atención sobre la responsabilidad de que el trabajador es culpable de su propia servidumbre, así como el patriarcado se construyó por tanto tiempo convirtiendo a las mujeres en aliadas del sistema que las oprimía, es decir en mantenedoras de su propia subordinación.

El sistema capitalista y en red del que usted me habla sabe sacar partido a lo contingente, es más lo incentiva. Allí donde todo dura poco se puede estrenar algo nuevo cada día, habi-

tualmente a través de algún producto o servicio que implique comprar, consumir o calentar la máquina. No extraña que categorías como *contingencia* y *precariedad* estén implícitas en la mayoría de prácticas laborales contemporáneas, porque lo están en el sustrato que alimenta un estado normalizado de ansiedad y retorno. Esta es una cultura que en lo material tiene su equivalente en la explotación radical de un planeta excedido donde nadie frena y se enriquece al más rico.

Aquí habitaba usted cuando llegó la pandemia y sentía a cada rato que su trabajo pendía de un hilo, que su cuerpo está sujetado a los otros por las yemas de los dedos, fragilísimas combinaciones de microorganismos y órganos de piel y carne que «temporalmente» han sido despojados del roce mutuo de apretarse entre los brazos y de lamerse el rostro.

A usted le duele el cuerpo y se le secan los ojos, camina poco, calienta y come comida que lo parece, le nacen intolerancias.

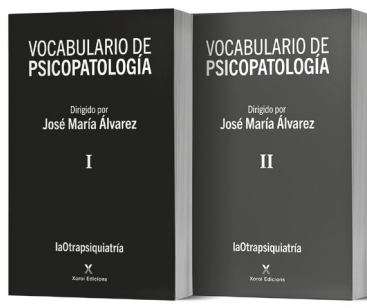
Ningún cuerpo, prehistórico como el nuestro, resiste una vida sedentaria frente a la pantalla del siglo XXI. Reclama más atención en la imposibilidad de tocar a los otros y de gestionar la vida con los recursos que tiene o que no tiene, también lo reclaman quienes están a su lado y en algún momento cercano se le subieron a la espalda. Lo hicieron como niños que hemos y no hemos tenido, tan ajenos a los poderes que gobiernan y legislan. Como si ese poder siempre tuviera (y no le importara) a otros más pobres, más mujer y más del sur que limpiaran sus habitaciones mientras cuidan a sus hijos o a sus padres.

¿No es acaso esta una vida que no queremos? Se imagina si pudiéramos valernos de respuestas desechadas por la época: *lentitud*, *profundidad*, *negatividad*, *imaginación ociosa*, *escucha*, *solidaridad*. Verá que son respuestas que dificultan el ritmo de producción pero favorecen la conciencia y la alianza, dan tiempo y afrontan esas enfermedades del alma que también nos dejan sin aire y nos apagan.

hem(○)s leído...

Carlos Rey

Psicólogo-Psicoanalista



SOBRE EL *PATHOS* DE LA CONDICION HUMANA Y SU *ETHOS*¹

El espíritu de la época o ruido de fondo en el que se ha escrito el *Vocabulario de psicopatología* (editado por Xoroi Edicions, 2023), bien podría representarlo El Roto en una de sus viñetas; por ejemplo, en la que dibuja a un académico con una estantería llena de libros a sus espaldas y con un diccionario entre sus manos, diciéndonos: «Estamos vaciando las palabras de cualquier significado para que podáis hablar libremente».

El *Vocabulario de psicopatología* que aquí se presenta, va en dirección contraria a la desertización que nos dibuja El Roto², pues si bien las palabras crean y deconstruyen realidades, en el caso que nos ocupa, es la escucha y estudio de la realidad clínica la que crea una constelación de palabras: un vocabulario fundamentado en la semiología de la psiquiatría clásica, la patogenia psicoanalítica —«articulación entre las manifestaciones clínicas y los mecanismos psíquicos que las conforman»—, y el arte y oficio de tratar a través de la transferencia y la palabra los avatares de la condición humana. Que no son pocos, pues la condición humana es estar condicionado por el lenguaje y el deseo, con la consiguiente división subjetiva y el ser en falta. El ser del humano está condicionado y por eso sufre. El sufrimiento es uno y múltiples sus maneras de expresarlo; y en cada manera hay un sujeto responsable de su sufrimiento y de sus remedios. De esto va este *Vocabulario de psicopatología*: sobre el *pathos* de la condición humana y su *ethos*.

El vaciado general del que nos habla El Roto, en la particularidad de nuestro quehacer *psi* cobra la dimensión de expolio, pues la taxonomía hegemónica se ha vaciado por partida doble: del saber acumulado sobre el sufrimiento psíquico a lo largo de la historia y de la escucha psicoanalítica del decir del paciente. Un cambio de paradigma que se oficializó en 1980, cuando el neoliberalismo dio alas a la visión biomédica del sufrimiento psíquico y se publicó el *DSM-III*; confeccionado por el neokraepeliniano grupo de *Saint Louis* de la *Washington University* y dirigido por Robert Spitzer con una consigna clara: el nuevo *Devocionario* de la Salud Mental tenía que estar *Freud's free*.

Cuatro *DSM* más tarde se ha vaciado la nosología de cualquier definición para que podamos diagnosticar libremente, a granel, y aplicar una terapéutica jerárquicamente química. Los síntomas psíquicos se tratan con el eufemismo de trastornos de ciencia ficción: TDAH, TB, TOC, TEA, TLP, TEPT, TND, etc., y como tratamiento único reclaman a nuestros políticos el TAL; que sea Ley lo innecesario que es el sujeto para la curación de su, para más *inri*, enfermedad mental. Hechos de la naturaleza, como la diabetes, dicen; renglones torcidos de Dios, errores de la naturaleza, desequilibrios químicos cuyos remedios *ídem* crean iatrogenia. (Véase la entrada *Neuroleptofrenia*). Y así hasta un número cada vez mayor de enfermedades mentales votadas a mano alzada en la *American Psychiatric Association*. La cuestión es que la taxono-

1) Publicado en la Revista Digital del COPC. Disponible en: <https://psiaracopc.cat/2023/12/05/vocabulario-de-psicopatologia-i-y-ii/>, Revista Atopos (disponible en: <https://www.atopos.es/index.php/ anotaciones/acuse-de-recibo/433-vocabulario-de-psicopatologia-jose-maria-alvarez-dir-xoroi-2023> y Xoroi Edicions (disponible en: <https://www.xoroiedicions.es/noticias/sobre-el-pathos-de-la-condicion-humana-y-su-ethos/>)

2) Imagen disponible en: https://elpais.com/elpais/2019/12/13/opinion/1576255106_444094.html#

mía oficial se ha separado tanto de la realidad clínica que van en paralelo pero sin encontrarse. En su caso no puede decirse que la teoría va por un lado y la clínica por otra; en su caso, al ser una taxonomía ateorica ya es ideológica, es decir con apariencia de saber. Psiquiatría de precisión, le llaman ahora, antes evidencia científica, cuando lo que evidencian y precisan es su poca pasión por el saber y tanta por el poder. ¿Acaso el saber emana del poder? Si el saber es impuesto será porque no se acepta que el saber sea supuesto. Disciplina de poder y servidumbre a la voz de su amo, también.

En este contexto de pobreza conceptual y nihilismo terapéutico, lo que se nos propone en este *Vocabulario de psicopatología* es el retorno a la clínica, a Freud y al siglo de oro de la psicopatología. José María Álvarez, *alma mater* de este ambicioso y potente proyecto, en la introducción del *Vocabulario* nos dice que se trata de una obra coral, polifónica. Clínicos y estudiosos de la condición humana con voz propia que llevan más de dos décadas debatiendo y apostando por «lo que se dio en llamar la Otra psiquiatría y ahora, por extensión, se conoce también como la Otra psicología clínica y la Otra psicopatología»; cuya especialidad es el estudio, trato y tratamiento de la locura, tanto institucional como ambulatoriamente. Locura que anida en la condición humana y no como lo opuesto a la cordura —la razón o la realidad material— sino como defensa, por muy fallida que esta sea. Locura parcial siempre y a veces locura razonante, pasional hasta el furor del delirio. Locura, eso sí, como oposición a ser tratada como enfermedad mental, pues las experiencias subjetivas y sus conformaciones clínicas no lo son. Ambas pues, locura y cordura, razonan y forman parte de la condición del ser humano en una proporción variable y más mezcladas que nuestro pensamiento y percepción binaria nos permiten admitir.

Esta Otra psicopatología nos recuerda que sabemos más de la sustancia que de las fronteras. Y se cita a Freud: «La frontera entre los estados anímicos llamados normales y los patológicos es en parte convencional y en lo que resta es tan fluida que probablemente cada uno de nosotros la atraviese varias veces en el curso de un mismo día». Es por eso que se nos propone pensarlo más como litorales que como fronteras, pues estas últimas generan una tierra de nadie, es decir, de intermedios, casos atípicos que provocan más problemas que soluciones en nuestro quehacer diario. El movimiento en los litorales, como entre lo uno y lo múltiple, lo general y lo particular, lo discontinuo y lo continuo se acerca más a la realidad clínica del caso por caso.

Otra psicopatología, la que concilia la psiquiatría clásica y el psicoanálisis lacaniano.

Al fin y al cabo, la suma de la semiología y la patogenia e interpretación supuso un avance en el conocimiento de la condición humana hasta el cambio de paradigma, antes mencionado. Esta otra manera de pensar y tratar el *pathos* psíquico está basada en la historia, la epistemología y la clínica. «En esta obra de psicopatología se estudian temas, no lo que Fulano o Mengano dice de tal o cual asunto. Sigue en esto el método habitual de acotar la materia y leer a quienes han dicho algo valioso o sugerente, sin prejuizar qué autores son ni de dónde proceden, solo su calidad. [...] Abrirse a la diversidad no implica eclecticismo ni escepticismo, de ninguna manera. Al contrario, muestra respeto por los otros, por aquellos que no son de nuestra parroquia y tienen mucho que decir. Quizás en esto radique cierta originalidad de esta obra, pues aquí se dan la mano psicopatólogos y psicoanalistas de tendencias variadas, escritores, filósofos, científicos y locos, todos ellos son para nosotros referencias lúcidas y sagaces. También puede resultar original la elección de los términos, entre los cuales se hallan algunos tradicionales (neurosis, psicosis, esquizofrenia, histeria, etc.), otros apenas usados hoy, aunque fundamentales (entre ellos xenopatía, dolor del alma y locura), y, por supuesto, algunos de propia cosecha (neurosis ordinaria, neuroleptofrenia, locura normalizada, polos de la psicosis y algunos más)».

Este *Vocabulario de psicopatología*, tanto puede leerse como un manual como para consultar un término en concreto, conocer su recorrido histórico en extensión y profundidad, y su actualidad clínica; así como para precisar su similitud o diferencia con otros: *Alucinación* y *Alucinosis*, por poner un ejemplo. Como manual este *Vocabulario* ofrece una guía de lectura dividida en tres partes. En la primera parte se definen las bases en las entradas: *Introducción*, *Modelo de psicología patológica*, *Defensa*, *Locura*, *Locura parcial* y *Locura normalizada*. La segunda parte pormenoriza los fundamentos o conceptualización de las experiencias subjetivas de la psicopatología propiamente dicha; y como se parte de que la locura es parcial, se rescatan los dos tipos clínicos sobre los que el positivismo psiquiátrico/psicológico no quiere saber nada porque son los que mejor evocan la locura parcial: la paranoia y la melancolía. «La locura parcial y la subjetividad son el continente y el contenido que fortalecen los desarrollos de la Otra psicopatología». Y la tercera parte, que complementa las anteriores, dedicada a manifestaciones que se observan en distintas estructuras y tipos clínicos: la angustia, por ejemplo. Finalmente, decir que la diferencia de extensión de una entrada a otra se justifica por el tema del que tratan y para facilitar la doble lectura: como *Vocabulario* y como *Manual de psicopatología*.

Venimos de una psiquiatría/psicología que no acaba de encontrar el fundamento biológico de su modelo de ciencia ficción

—ese que hace de cada síntoma una enfermedad—, y su ausencia la rellena con protocolos de obligado cumplimiento y guías clínicas. Sin embargo, la clínica no puede tener como guía lo normativo; la guía de la clínica es el decir/actuar del paciente. Necesitamos modelos teóricos que nos ayuden a comprender y tratar los reverses de la condición humana. J. M.^a Álvarez nos ofrece un modelo en este *Vocabulario* cuyos fundamentos son el sujeto y su defensa. Sencillo y eficaz. El sujeto es agente y paciente de sus experiencias subjetivas, de su relación con el saber inconsciente sobre su vulnerabilidad ontológica y también de los remedios a los que recurre para defenderse de lo insufrible. (Ante el relato de una desgracia ajena, quién no ha escuchado decir: *yo no lo soportaría, me volvería loco*).

En la entrada *Defensa* de este *Vocabulario*, Álvarez amplía la original teoría de Freud sobre la defensa, la que le permitió hablar de *neuropsicosis de defensa* que luego separó —neurosis versus psicosis— en función de los principales mecanismos de negación defensiva: la represión o el rechazo. En la unidad de la neurosis la estrategia defensiva consiste en separar el afecto de las representaciones insufribles; en la particularidad del polo histérico el afecto hace síntoma en el cuerpo y en el polo obsesivo el afecto coloniza el pensamiento de ideas obsesivas, a cuál más insulsa y angustiosa. En la psicosis el mecanismo defensivo es más radical y se rechaza tanto la representación como su afecto. En todo caso, parece ser que es preferible dolerse por las consecuencias que por las causas de la defensa. En la clínica diaria se observa que los síntomas no se abandonan con gusto, y menos a pelo, sin alternativas o suplencias para cuando retorna lo reprimido/rechazado, pues las defensas pueden ahuyentar al enemigo exterior pero no tanto al incordio que somos para nosotros mismos; por eso el síntoma es lo más genuino del sujeto: su respuesta defensiva, su solución de compromiso frente a la cuestión de saber o no saber y de cuánta verdad subjetiva puede asumir el paciente/agente de lo que sufre/goza; como nos recuerda Álvarez citando a Nietzsche (*Ecce homo. Cómo se llega a ser lo que se es*): «¿Cuánta verdad soporta, cuánta verdad osa un espíritu? Esto fue convirtiéndose cada vez más, para mí, en la auténtica unidad de medida». Y en la entrada *Locura* se nos recuerda una potente observación de Freud: «La neurosis no desmiente la realidad, se limita a no querer saber nada de ella; la psicosis la desmiente y procura sustituirla. [...] Llamamos normal o “sana” a una conducta que aúna determinados rasgos de ambas reacciones: que como la neurosis, no desmiente la realidad, pero, como la psicosis, se empeña en modificarla».

La originalidad del modelo teórico de la Otra psicopatología consiste en captar en la clínica diaria la capacidad del agente/paciente para generar movimiento, y en poderlo acompañar

en sus desplazamientos, minimizando sus excesos autodestructivos. Sin duda, partir de la unidad y polos, tanto de la neurosis como de la psicosis, así como trabajar, tanto con las estructuras clínicas como desde la perspectiva continuista o elástica, facilita escuchar los pasos de quien se mueve en busca de su equilibrio o estabilización. En el caso de la neurosis, el movimiento de ida y vuelta entre la insatisfacción del deseo histérico a lo imposible del deseo obsesivo; y en el caso de la psicosis, «este movimiento subjetivo lo podemos explicar de muchas formas: tiene enfermedades distintas y le cambiamos el diagnóstico periódicamente; tiramos por la calle del medio y lo metemos en el cajón de los atípicos, mixtos o intermedios; lo etiquetamos con uno de esos diagnósticos que vale para todo y ayudan a salir del paso, como trastorno esquizoafectivo o trastorno esquizotípico; o también podemos admitir que en la locura hay un sujeto. De ser así, a la búsqueda de equilibrio mediante su quehacer defensivo —lo consiga o no—, este sujeto se puede desplazar por ciertas polaridades propias de la psicosis».

Por lo leído, la psicopatología no puede ser un catálogo de sambenitos o álbum de instantáneas —de fotos desenfocadas o movidas— porque la realidad clínica no es estática sino dinámica y se parece más a una película, o mejor aún, a una serie con muchas temporadas. Una serie de vivencias, experiencias subjetivas, conformaciones clínicas en movimiento, buscando la estabilización o perdiendo el equilibrio conseguido. Vaivenes que se observan en los famosos casos de Schreber, Wagner y Aimée. Casos clínicos que para esta Otra psicopatología son su guía clínica, ya que, braceando en la mar brava de la angustia, el doliente perseguido puede encontrar respiro en la megalomanía, sin salir del perímetro de la paranoia; así como cambiar de un «estado pasivo de objeto de goce de la maldad del Otro a un estado activo en el que asume una misión, a menudo salvadora». Sobre los ejes de la paranoia y la melancolía que atraviesan la condición humana, el agente/paciente busca su mejor acomodo —su mal menor— entre el autorreproche melancólico y la autorreferencia paranoica, y viceversa. En la entrada *Melancolía* se nos recuerda que «la paranoia y la melancolía se combinan: la paranoia aligera la indignidad y la culpabilidad del melancólico; la melancolía arrastra a los infiernos la ceguera de la inocencia y la soberbia colosal del prometeico paranoico. Por eso, más que mezclarse, se ajustan y relacionan mediante una lógica interna firme que las convierte en una pareja bien avenida, de las que se buscan porque juntas funcionan mejor que por separado. Lo chocante es que la psicopatología psiquiátrica no ha querido saber nada de esa diáfana articulación, tan frecuente en la combinatoria de los polos de la psicosis».

Aun siendo necesario un modelo teórico de la realidad clínica, se nos recuerda que el modelo no es la realidad sino una interpretación y conceptualización de las diferentes maneras de expresar la aflicción psíquica, luego, el mapa no es el territorio, pero... casi. De allí que el saber sea supuesto por provisional y circunstancial, ya que se da en un momento determinado de crisis del agente/paciente: desencadenamiento, pérdida de estabilización, reequilibrio, en definitiva, en un momento agudo por el que se pasa. Luego se está, no se es. La única cualidad permanente del ser es su condición humana y el diagnóstico no tiene que fijar, cronificar, lo que es una cualidad temporal,

y menos medicalizar de por vida. Y casi, porque aunque este *Vocabulario de psicopatología* nos propone escuchar el movimiento de la realidad clínica, a la que te despistas el agente/paciente cambia de posición subjetiva y ya no está donde lo pensábamos. Y es que, nuestras categorías clínicas o se guían por la clínica, como es el caso de este *Vocabulario*, o se desfasan. Y también casi, porque nunca podremos dar por completado el saber sobre la condición humana y sus pesares. Retornando a Freud: «El conocimiento de las premisas no nos permite predecir la naturaleza del resultado».

El celeberrimo Panopticii ha llegado a la ciudad, pero no hemos podido asistir a su espectáculo porque se ha largado a Andorra con las comisiones por intermediar con isómeros de metanfetamina.



Fuente: unsplash

SOLICITUD DE INGRESO EN LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA

D. _____
profesional de la Salud Mental, con título de _____
y con domicilio en _____
Población _____ D.P. _____
Provincia _____
Teléfono _____ Email _____
Centro de trabajo _____

Dirección Centro _____

Población _____ Provincia _____

Solicita:

Su ingreso en la Asociación Española de Neuropsiquiatría y en la Asociación integrada en la A. E. N. de la Autonomía correspondiente, para lo cual es propuesto por los Miembros:

D. _____

D. _____

(Firma de los dos miembros)

Firma:

Fecha: _____ / _____ / _____

Esta solicitud deberá ser aprobada por la Junta de Gobierno y ratificada en la Asamblea General de socios.
La suscripción de la Revista de la AEN está incluida en la cuota de Asociado.

DATOS BANCARIOS

BANCO/CAJA DE AHORROS _____

Nº CUENTA: Entidad Sucursal D. C. Nº cuenta (20 dígitos):

Firma solicitante



Española

Asociación **ANP** de Neuropsiquiatría

*Asociación
Madrileña
de
Salud Mental
A.M.S.M.*

de

www.amsm.es

AMSM

Asociación Madrileña de Salud Mental

Dirección C/ Magallanes, 1

Sótano 2, local 4.

Teléfono 636725599

Fax 918473182

correo e. aen.amsm@gmail.com

web www.amsm.es