

Prácticas de sentido: filosofía y psicología del tatuaje, el culturismo y la modificación corporal extrema

Sergio Álvarez Fernández. Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED, España)

Recibido 30/08/2024

Resumen

En este trabajo se analizan tres prácticas a un tiempo éticas y estéticas: el tatuaje, el culturismo y la modificación corporal extrema. Las tres son prácticas autopoieticas y las tres están referidas también a aquello que ante todo somos: cuerpo. Las tres son, por tanto, lo que hemos dado en llamar *prácticas de sentido*, capaces de anudar y dar dirección a una vida. No es de extrañar, pues, que, en tiempos de desarraigo y falta de sentido, se hayan puesto de moda. Tampoco es casual su referencia al cuerpo, pues siendo aquello que más propiamente somos, el cuerpo es también lo que más a mano nos queda; lo más fácil de cambiar y lo más visible. Así, las tres prácticas que en este trabajo se analizan pueden ser vistas como una forma de retomar el control sobre nuestra propia vida, a la deriva.

Palabras clave: cuerpo, tatuaje, culturismo, modificación corporal, ética, estética.

Abstract

Meaningful practices: philosophy and psychology of tattooing, bodybuilding and extreme body modification

In this work, three ethical and aesthetical practices are analyzed: tattooing, bodybuilding and extreme body modification. All three are autopoietic practices and all three are also referred to what we are above all: body. The three are, therefore, what we have called *meaningful practices*, capable of binding and giving direction to life. It is not surprising, then, that, in times of rootlessness and lack of meaning, they have become fashionable. Nor is its reference to the body merely casual, since being what we most truly are, the body is also what is closest to us, the easiest to change and the most visible. Thus, the three practices analyzed in this work can be seen as a way of regaining control over our own adrift life.

Key words: Body, Tattoo, Bodybuilding, Body modification, Ethics, Aesthetics.

Prácticas de sentido: filosofía y psicología del tatuaje, el culturismo y la modificación corporal extrema¹

Sergio Álvarez Fernández. Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED, España)

Recibido 30/08/2024

§ 1. Introducción

Nadie, hasta ahora, ha determinado lo que puede el cuerpo, es decir, a nadie ha enseñado la experiencia, hasta ahora, qué es lo que puede hacer el cuerpo en virtud de las solas leyes de su naturaleza, considerada como puramente corpórea.

Baruch Spinoza (2020: 203).

Así lo creía Spinoza. Casi cuatro siglos más tarde, el cuerpo sigue siendo tema de reflexión filosófica. No deja de resultar paradójico que, siendo nosotros ante todo «cuerpo», este pueda resultarnos una incógnita. Hoy, sin embargo, a diferencia de lo que ocurría en tiempos del judío de origen luso-español, la pregunta por el cuerpo sí está a la orden del día. En este sentido, el siglo XX fue testigo de cómo la antropología de estirpe fenomenológica comenzó a estudiar la corporalidad como primer dato de la vida humana. Y es que, como señala San Martín (2020: 61), «la vida humana empieza siendo corporal».

Esta prioridad otorgada al cuerpo contrasta con el desprecio que este ha recibido a lo largo y ancho de la tradición filosófica, mucho mejor dispuesta a reivindicar las virtudes del alma. Los trabajos de Husserl, Merleau-Ponty y Sartre, sin embargo, contribuyeron a invertir esta tendencia, revalorizando el carácter constitutivamente corpóreo de la vida humana. Por supuesto, como de la nada, nada sale, estos filósofos tuvieron también sus antecedentes, sobre todo en el siglo XIX. Aun así, el despegue de un renovado interés por la corporalidad no puede desvincularse de la famosa distinción husserliana entre el cuerpo vivido (*Leib*) y el cuerpo considerado en su

¹ Este trabajo es el resultado de refundir, en una, dos investigaciones sobre tres realidades a un tiempo muy dispares y muy parecidas: el tatuaje, el culturismo y la modificación corporal extrema.

descripción física (*Körper*). Los trabajos de Beauvoir, por su parte, sirvieron de acicate para la reflexión feminista acerca del cuerpo y sus prácticas, compartida por el posestructuralismo francés y sus epígonos. Hoy en día, aunque el panorama filosófico contemporáneo dista mucho de parecerse al de un más que prolífico siglo XX, el interés por lo corpóreo sigue vigente.

A pesar de todo, lo que aquí nos interesa no es desarrollar una fenomenología del cuerpo, ni tampoco seguir elaborando una teoría de la corporalidad a la que ya no cabe añadir demasiado. Más bien, el objetivo de este trabajo será el de examinar algunas prácticas éticas y estéticas vinculadas con nuestra naturaleza corpórea. Por eso, el cuerpo no será tanto nuestro objeto de estudio cuanto aquello que nos permitirá hilar y tramar tres fenómenos de máxima actualidad: el tatuaje, el auge del culturismo y la modificación corporal extrema. Partiremos, por tanto, de una cierta presuposición: en estos tres fenómenos del mundo contemporáneo se encarnan e involucran determinadas ideas filosóficas. Así, el tatuaje, el culturismo y la modificación corporal harán las veces de «*laboratorium idearum*», de laboratorio de ideas, de forma que podamos iluminar a su través los complejos campos de la ética y de la estética. Ahora bien, debe quedar claro que:

50

Yo no soy de los que confunden la ética con la estética, que sería tanto como confundir la gimnasia con la magnesias, según el dicho vulgar. Pero estimo que ningún hombre, aunque sea artista, puede estar desinteresado de la justicia. [Díaz Fernández, 2006: 359-360]

Esta cita, del escritor español José Díaz Fernández, le sirve a Castro (2020: 20), en el proemio a su libro de ensayos *Ética, estética y política*, para advertir que estas tres disciplinas no tienen «por qué estar siempre de acuerdo»; cada una tiene su propio campo. Con la ética y la estética, ambas disciplinas valorativas, ocurre, sin embargo, que sus respectivas valoraciones pueden resultar antagónicas; que lo bueno y lo bello no tienen por qué coincidir necesariamente. Ahora bien, ¿qué es eso de lo bueno y de lo bello? ¿Qué es eso de la «ética» y de la «estética»?

En varios de sus vídeos de *YouTube*, el profesor Castro (2016) ha definido la estética como una disciplina filosófica trimembre, teniendo cada uno de sus miembros una historia y unos antecedentes precisos. ¿Cuáles serían estas «tres patas» o ramas de la estética? Veámoslo: en primer lugar, la teoría de la sensibilidad, que remitiría a la raíz

etimológica de la palabra: *aesthesis*. En segundo lugar, la teoría de las artes, en especial de las llamadas «bellas artes» o «artes nobles». Por último, la teoría de los valores desinteresados, como «lo bello», «lo grotesco» o «lo sublime». Estas tres ramas de la estética contemporánea, fundada por Hegel en el siglo XIX, según Castro (2016), tendrían sus antecedentes en la teoría del conocimiento alemana, como teoría de la sensibilidad o gnoseología inferior, de Baumgarten; en la teoría de los valores de origen británico; y en la teoría de las artes francesa, forjada al calor de la querrela entre los antiguos y los modernos.

Ahora bien, si el campo de la estética es confuso y plural, el de la ética no lo es menos. Sucede con la ética lo mismo que con la estética: que de su largo pasado surgen también varias «ramas» o esferas enfrentadas, empezando por aquella dualidad que contrapone la ética y la moral. La distinción es compleja porque nos obliga a retrotraernos hasta sus respectivas etimologías. Gómez (2018), siguiendo la estela de López Aranguren (1997), vincula el *êthos* griego, que significaba la ‘morada’ o ‘lugar donde se vive’, con el *éthos*, entendido como el ‘carácter’ o la ‘costumbre’. Al traducirse al latín, sin embargo, estos términos confluyeron en la voz *mores*, de la que procede nuestra castiza *moral*. Según la escuela de Aranguren, a la que se suman el propio Gómez (2018) o la filósofa Adela Cortina (2000), a pesar de esta aparente sinonimia entre la ética y la moral, sería posible distinguirlas. La ética se convertiría, de esta forma, en la reflexión filosófica acerca de los asuntos y conductas morales, calificadas como buenas o malas, debidas o indebidas, valiosas o sin valor.

Esta, sin embargo, no es la única visión posible, ni siquiera restringiendo nuestro examen al ámbito hispanohablante. Así, Bueno (1996) ha reinterpretado la dicotomía entre ética y moral desde coordenadas spinozistas. La ética, desde este punto de vista, estaría encaminada a la conservación o fortaleza del organismo corpóreo individual; mientras que la moral, por su parte, se referiría a la conservación, no ya del cuerpo individual, sino del cuerpo social. En este sentido, es común tratar de diferenciar la ética de la moral en función de su universalidad. Una norma ética debería ser siempre universalizable, apelando a aquello que todos tendríamos en común: para el caso del materialismo filosófico, un cuerpo. Las normas morales, por el contrario, no tendrían tanto que ver con aquello que compartimos cuanto con aquello que nos separa: nuestra adscripción a un determinado grupo social. Esta tensión entre universalidad y

particularismo es la misma que anima el proyecto habermasiano de resolver el pluralismo moral de nuestras sociedades contemporáneas a través de un consenso ético universalizable.

Mayor interés para nosotros tiene, sin embargo, la distinción entre ética y moral planteada por Paul Ricoeur. Para Ricoeur (2019: 289-302), la ética tiene que ver con la aspiración de una vida buena, mientras que la moral, por su parte, tendría que ver con lo prohibido y lo obligatorio. Con esta dualidad, Ricoeur pretende recoger las dos herencias filosóficas que articulan la filosofía moral contemporánea: la tradición aristotélica y la kantiana. De acuerdo con Ricoeur, la ética, vinculada al aristotelismo, siempre tiene primacía sobre la moral. Ahora bien, ninguna «aspiración de una vida buena» puede desvincularse por completo de la norma o del deontologismo, tamiz por el cual ha de pasar si quiere tener visos de universalidad. La norma es, pues, una cierta exigencia de racionalidad. El problema, dirá Ricoeur, radica en que, con frecuencia, la aplicación de una norma puede ir en detrimento de la de otra, dando lugar a lo que el francés llama «una tragedia de la acción». En estos casos, solo la sabiduría práctica, la vieja *phronesis* aristotélica, la del juicio en situación, puede llegar a dirimir entre valores en sí mismos valiosos, pero contradictorios entre sí; lo que Husserl denominó la «tragedia de la voluntad» (San Martín, 2020: 411-412).

Estas reflexiones nos han llevado a plantear una distinción entre la ética, entendida como una poética de la vida, es decir, como proceso, método o camino hacia la consecución de la vida buena o «feliz»; y la ética entendida como un juicio acerca de la bondad o la maldad de nuestras acciones concretas, lo que para Ricoeur sería el reino de «la moral». A partir de aquí hablaremos de «ética» y de «moral» para referirnos, respectivamente, a estas dos formas de enjuiciar los asuntos humanos. La ética tendría que ver, por tanto, con el viejo problema de la felicidad o del sentido de la vida; mientras que la moral, por el contrario, estaría vinculada con el enjuiciamiento de conductas concretas.

Ambas, ética y moral, serían habitantes del reino de los fines: los dos tipos de juicios, en última instancia, serían juicios de finalidad. La ética, desde este punto de vista, vendría a enjuiciar, llevada al límite, el sentido de la vida como un todo, su dirección y destino, o, al menos, el de algunos de sus tramos. La moral carecería de semejante proyección, quedando restringido su juicio al sentido o la finalidad de acciones

concretas. En este sentido, contra lo que había defendido Kant, el reino de la moral no sería el del imperativo categórico (directamente contrafáctico), sino el de los imperativos hipotéticos, los únicos realmente existentes.

De esta forma, todo juicio acerca de la bondad de una acción se daría siempre dentro de un marco de referencia medios-fines, de modo que cuando decimos que algo es «bueno para», no estaríamos advirtiendo sino que ese algo contribuye positivamente a la realización del fin para el cual es «bueno». El Bien, por tanto, sería siempre una noción o idea relativa: lo bueno sería siempre «bueno para X». Esta teoría ética, que no es sino una derivación de la aristotélica, supone postular un cierto perspectivismo: una misma acción podría ser buena y mala al mismo tiempo, dependiendo del marco medios-fines desde el cual se estuviera enjuiciando. La eutanasia podría ser considerada entonces al mismo tiempo buena y mala para quien la recibe: buena porque le evitaría una prórroga innecesaria de su sufrimiento, pero también mala, pues le estaría condenando irremediabilmente a dejar de ser, violando el principio spinozista del *conatus* y atentando con ello contra su fortaleza individual².

Los tres fenómenos culturales a los que nos hemos venido refiriendo: el tatuaje, la modificación corporal y el culturismo, resultan ser, bajo este prisma, tres fenómenos a medio camino entre la ética, la moral y la estética. Las tres pueden llegar a ser prácticas éticas, encaminadas a dotar de sentido una determinada vida, pues todas ellas tratan de urbanizar esa «morada» o «lugar en que se vive». Contribuyen, pues, a forjar un determinado *êthos*. Un proyecto de *bodybuilding*, de modificación corporal o la figura que trata de esculpir el culturista, no es sino un proyecto de vida; uno que tiene, por otra parte, mucho de *poiesis*, cuando no de pretendida *autopoiesis*. Al mismo tiempo, las tres prácticas involucran contenidos morales, relativos a la manipulación del propio cuerpo y a sus consecuencias sobre uno mismo y sobre los demás.

Finalmente, las tres tienen también una dimensión estética. En primer lugar, porque las tres son actividades espectaculares: cuyo fin es ser espectadas por los demás. En segundo lugar, porque las tres tienen mucho de arte. El caso del tatuaje es claro, pues se asemeja a la pintura; una pintura, sin embargo, que tiene por lienzo la piel y por pincel la aguja. También el culturista trabaja su cuerpo como el escultor el mármol,

² Recuérdese que la fortaleza individual era el criterio de la ética para el materialismo filosófico de Gustavo Bueno.

pero, para esculpirlo, en lugar de al cincel recurre a las pesas. Finalmente, la modificación corporal, similar al culturismo, también opera sobre la carne, si bien su «arte» se parece más al del carnicero o al del cirujano que al del escultor. Igualmente, las tres *encarnan* toda una serie de valores, y con esto ya lo tenemos todo: una forma de apelar a nuestra naturaleza sensible; una determinada categoría artística, con su propia e insustituible técnica; y una determinada forma de valorar; las tres «patas» sobre las que habíamos asentado el campo de la estética.

En este sentido, sin pretender confundir la gimnasia con la magnesia, estamos convencidos de que estas tres prácticas tienen la virtud de estar a medio camino entre las esferas valorativas de la ética y de la estética, de lo bueno y de lo bello, así como de que no ocupan esa posición por casualidad. Es precisamente su referencia al propio cuerpo la que las sitúa en ese lugar. Las tres persiguen manipularlo y, en alguna medida, convierten esa manipulación en el hilo conductor de una vida: la de ese cuerpo. Por suerte o por desgracia, esa manipulación del propio cuerpo y de la propia vida pretende ser poética: una auténtica construcción de nosotros mismos. En las próximas páginas veremos cómo se lleva a cabo dicha construcción en cada una de estas prácticas, qué ideas se encuentran a ellas vinculadas y cuáles son los presupuestos y las limitaciones de estos tres fenómenos *autopoiéticos*.

§ 2. Filosofía del tatuaje

2. 1. ¿Qué es el tatuaje?

Tatuarse es marcarse la piel con tinta indeleble. Mediante agujas u otros instrumentos, el tatuador inyecta un pigmento en la dermis del sujeto tatuado. A diferencia de los tatuajes de henna o las calcamonías, este pigmento no desaparece con el paso del tiempo, sino que, descontando el efecto de la abrasión, permanece sobre el cuerpo de una persona por tiempo indefinido. Porque están a plena vista, los tatuajes se graban sobre la piel para ser vistos. La práctica del tatuaje, por tanto, es una práctica «espectacular», en el sentido de que se realiza para ser espectralada, para ser vista. Al fin y al cabo, la piel es lo único que normalmente vemos de un cuerpo. Salvo el cirujano, que ve más allá, la mayoría de los seres humanos nos relacionamos piel con piel. En

un lúcido ensayo sobre el tatuaje, el sociólogo y antropólogo francés David Le Breton (2002) habla de la piel como de una «cartografía»: un paisaje de nuestra relación con el mundo. Como diría Paul Valéry: lo más profundo es la piel. En ella quedan grabadas, dice Le Breton (2002), las marcas que nos va dejando la vida y a través de las cuales nos vamos diferenciando o individualizando. Arrugas, lunares y cicatrices nos diferencian y singularizan. Cuando uno conoce lo suficientemente bien a una persona sería capaz de reconocerla con solo ver algunas de estas marcas. Sin embargo, nosotros, poco o nada podemos hacer con ellas por nuestra sola voluntad. En cambio, el tatuaje, los *piercings* y la modificación corporal, en su más amplio sentido, ofrecen la posibilidad de grabar o marcar nuestra carne de forma premeditada. Así, dice Le Breton, las prácticas de modificación corporal ofrecen, en el contexto de nuestras sociedades contemporáneas, profundamente individualistas, una vía para proyectar o manifestar nuestra «identidad soñada».

La expresión o manifestación de la propia identidad quizás sea la función principal del tatuaje en las sociedades occidentales contemporáneas; sin embargo, históricamente, el tatuaje ha sido mucho más. El cuerpo, dice Le Breton (1997), es «enunciado»: transmite significados a través de su apariencia. Por eso, marcarse la piel es una práctica antiquísima. Ötzi, el hombre de Similaun, descubierto a principios de los años 90, tenía el cuerpo cubierto de tatuajes hace ya más de 5000 años. También se conservan algunos restos momificados procedentes del antiguo Egipto. En ocasiones, la marca pudo dar testimonio de la pertenencia a un grupo, siendo reflejo del estatus social. Así, por ejemplo, se hipotetiza a partir de un texto de Vegetio (Callejas Berdonés, 2015: 150-151), que los soldados romanos eran marcados como tales una vez superadas las pruebas de aptitud básicas. También los esclavos eran marcados en el mundo romano para significar su pertenencia al amo. Le Breton (2002) habla de devoción; de protección, en la batalla y frente a la enfermedad; de erotismo; de estetización del cuerpo; de recordatorio y reconocimiento de los logros personales; y, finalmente, de señalización de los hitos vitales de sus portadores. Se podría decir que, a pesar de que las funciones estéticas y de expresión de la propia identidad, real o deseada, son las más extendidas en las sociedades occidentales contemporáneas, lo cierto es que el tatuaje, históricamente, siempre ha tenido mucho más de práctica social que de práctica individual. Lejos de haber nacido para que cada uno se individualizase

y proyectase la imagen que tenía de sí mismo, las funciones primitivas del tatuaje estaban más bien dirigidas a que fuese el grupo el que individualizase socialmente a cada uno de sus miembros.

En cualquier caso, es la propia *anatomía* del tatuaje la que determina los principales problemas filosóficos a él vinculados. Tatuarse es marcarse la piel con tinta indeleble. Grabarse la piel es una operación lesiva, por lo que la experiencia del dolor tendrá siempre un lugar especial en el mundo del tatuaje. Del mismo modo, el carácter indeleble de la marca favorece que esta se vuelva crucial, otorgándole una enorme relevancia individual y social. Al localizarse sobre la piel, el tatuaje se practica siempre con fines espectaculares: está hecho para ser visto. Su espectacularidad lo convierte en un elemento significativo, de modo que puede ser empleado para expresar algunos rasgos del propio individuo o de su pertenencia social. A lo largo de los próximos epígrafes iremos desgranando cada uno de estos rasgos, tratando de comprender cómo la realidad misma del tatuaje determina qué ideas filosóficas se ejercitan cuando se practica. Y es que el tatuaje, como cualquier otra práctica o función humana, es una realidad histórico-cultural que, al tiempo que nos conforma, es conformada por nuestro obrar. Los psicólogos constructivistas, como Sánchez González (2005 y 2009), han estudiado esta dimensión de nuestra agencialidad, llegando a aplicarla, incluso, al ámbito de la estética. Mediadas por nuestro contexto social y sus artefactos, nuestras acciones deben respetar lo que estos psicólogos han dado en llamar su «diagramado»; es decir, las condiciones mínimas que impone la «anatomía» de su puesta en práctica: su realidad operatoria básica. La realidad operatoria del tatuaje impone una serie de restricciones a los temas y problemas que suscita, que tendrán que remitirnos siempre a aquello que el tatuaje es. Ahora bien, la práctica del tatuaje, como toda otra práctica, es abierta, genética y susceptible de recibir variaciones e innovaciones.

Lo que venimos contando acerca del tatuaje sucede con cualquier otra práctica humana o animal. Todas tienen una determinada «anatomía» básica; una cierta contextura. Pensemos en el sexo y en el erotismo. La función «sexo» tiene un referente biológico claro: la reproducción. En el ser humano una reproducción exitosa requiere la penetración y eyaculación en el interior de la vagina de la hembra por parte de un macho. La propia anatomía de la especie impone una serie de limitaciones a la forma en que esa penetración puede ser llevada a cabo, de modo que, aunque uno practique

el sexo tántrico y sea un maestro del yoga, sus cursos de acción posibles son más o menos limitados. Ahora bien, el sexo y el erotismo no son lo mismo. La penetración de la hembra por parte del macho supone necesariamente cierta «violencia», pues es uno solo de los sexos el que puede penetrar y uno solo el que puede ser penetrado. No sorprende, pues, que, de manera general, sea uno de los sexos el «dominante» y otro el «sumiso»; características estas que pueden ser luego magnificadas hasta el ridículo culturalmente, por ejemplo, a través de ciertas categorías pornográficas. Pero, como decíamos, sexo y erotismo no son lo mismo.

La propia anatomía básica de la relación sexual invita a introducir modificaciones y a jugar con su diagramado básico. Aquel que en principio llevaba la voz cantante puede adoptar el papel de sumiso, y viceversa. Lo que en principio era una penetración de una cavidad concreta, puede transformarse en la penetración de otras cavidades alternativas. Lo que estaba arriba puede pasar debajo y lo que estaba debajo puede pasar arriba. Por poder, pueden llegar a modificarse, incluso, los participantes y sus respectivos sexos; de modo que la pareja original macho-hembra y la función biológica de su emparejamiento pueden quedar difuminados o incluso desaparecer. Así, la propia anatomía básica del coito «natural» determina las posibles formas alternativas de erotización, que pueden «enriquecer» o «degenerar» el campo de las relaciones sexuales humanas (dependiendo de a quién se le pregunte). Las obras de Sacher-Masoch (2016) o del «divino» Marqués de Sade (2023) son toda una enciclopedia de las posibilidades que la transgresión o modificación de la norma o del diagramado sexual humano pueden llegar a ofrecer, para escándalo o júbilo de quien tenga el valor, o las ganas, de leerlas. Se produce, por tanto, un juego y una tensión irresoluble entre norma y transgresión; juego que conocía muy bien Foucault. Para el francés, todo poder instituye su propia resistencia; toda norma, su propia transgresión. Para nosotros, todo diagramado prefigura ya su propia apertura; toda práctica normativa o institucionalizada, su campo de juego y sus posibilidades de ampliación.

Así sucede con el tatuaje. Muchos estilos de tatuaje tradicionales beben directamente de los estilos pictóricos propios de su horizonte cultural. Es el caso del realismo, del tatuaje «tribal» o del tradicional japonés. Otros estilos, como el tradicional americano u «*Old School*», sin embargo, parecen haber nacido de las propias características del tatuaje y de su particular lienzo, así como de las condiciones

sociohistóricas en las que hubo de desarrollarse entre los siglos XIX y XX y de las posibilidades y aparatos disponibles en la época (algo que seguramente sea un rasgo común a todos los estilos de tatuaje tradicionales). Asimismo, no es raro encontrar estilos híbridos o mixtos, como el «neotradicional» o el «*New School*». Todos ellos son «amigos del color», pero también existen estilos que hacen del negro su emblema, como el «*blackwork*». Así, las distintas escuelas o estilos de tatuaje juegan con las posibilidades que la tinta y las máquinas de tatuaje ofrecen, tanto en el trazo como en el espectro cromático. El «*blackout*», cada día más popular, no es sino un ejemplo de exploración o innovación, más allá del diagramado básico del tatuaje. Tomando como punto de partida la idea de que tatuarse es cubrirse la piel con tinta indeleble, el *blackout* va a llevar esta idea hasta sus últimas consecuencias: cubriendo la piel al completo, sin dibujar o figurar elemento alguno. Pura y dura tinta; nada más. Recientemente, los artistas de *blackout* han comenzado a dar un paso más allá, dibujando con tinta blanca sobre el negro o «eliminándolo» mediante cirugía láser hasta «re-figurar» elementos reconocibles sobre el oscuro fondo del *blackout* original.

Como no podemos detenernos en cada una de estas innovaciones, analizaremos solamente aquellas condiciones que el diagramado o la anatomía básica del tatuaje imponen sobre su práctica y experiencia; es decir: sobre aquello que todos estos estilos tienen en común y que es aquello que define el tatuarse. Al final de este apartado, esperamos haber conseguido arrojar algo de luz sobre aquello que el tatuaje es: sobre su misma esencia como práctica a la vez ética y estética.

2. 2. Tatuaje y dolor

Ya hemos visto que tatuarse es marcarse la piel con tinta indeleble. La marca requiere que el pigmento sea introducido hasta la dermis, implicando necesariamente la invasión de la carne. Esto hace del tatuaje una experiencia necesariamente dolorosa. El dolor mismo se vuelve entonces parte del ritual de hacerse un tatuaje. Si no hubiera dolor, el tatuaje no sería lo mismo. En este sentido, Le Breton (2002) ofrece toda una serie de referencias y testimonios que ponen de manifiesto este carácter esencialmente doloroso del tatuaje. Así, Ebin (1979) relata cómo en una isla del Pacífico a la persona tatuada se la llama «*ne'one'o*», que significa 'gritar siempre'. Precisamente, si muchos

grupos marginales deciden tatuarse es porque el tatuaje sobre su piel puede llegar a resultar intimidatorio: una persona que haya pasado por el rito o trance de tatuarse es una persona que ha soportado el dolor que este supone; un tipo duro. Es común en el mundo del tatuaje la discusión acerca de qué áreas del cuerpo son más dolorosas de tatuar, destacando casi siempre aquellas áreas más sensibles, generalmente muy óseas.

Como señala Le Breton (2002), el dolor del tatuaje no hace sino remarcar su importancia. Esa es la razón de que el tatuaje, igual que la circuncisión y otras modificaciones corporales de mayor o menor calado, suele acompañar los ritos de paso a la adultez en múltiples sociedades históricas y antropológicas. Este carácter necesariamente doloroso genera una situación algo paradójica: al tiempo que el tatuado afirma sentir un dolor relativamente intenso, este dolor tiene también algo de placentero. Los testimonios que recoge Le Breton, sobre todo los testimonios femeninos, tienden a asimilar el tatuaje con el parto. En estas dos experiencias, el dolor pasa a un segundo plano, a un fondo necesario e inescapable, pero que pasa más o menos desapercibido al quedar subordinado al fin último: el alumbramiento de una marca o de un niño. La experiencia del tatuaje, dice Le Breton (2010), nos permite ir más allá de nuestras sensaciones cotidianas, volviéndola una experiencia crucial; un hito vital, igual que el parto. Esta naturaleza, común a toda una serie de situaciones que, siguiendo a Jaspers (1967), podríamos denominar «límite», le otorga al tatuaje una dimensión ética. Estamos de acuerdo, por tanto, con Le Breton, en que todas estas prácticas de «autotransformación», remitidas a la propia corporalidad, suelen aceptar el popular lema inglés del «*No pain, no gain*». En este sentido, la experiencia del dolor es uno de los principales aspectos de la anatomía del tatuaje que le confieren a esta práctica su importancia. Al tatuarse, uno asume la perennidad de su marca; el dolor que experimenta al hacérsela, por otro lado, no hace sino resaltar la responsabilidad que con ella ha contraído el individuo.

En la actualidad muchas personas han abandonado el ideal ético del tatuaje en favor del ideal estético. El trance de tatuarse y la responsabilidad contraída con la marca han cedido su espacio a la superficialidad de lo estético. Lo estético no tiene por qué ser superficial, ni mucho menos, pero cuando decimos que en este caso lo es, nos estamos refiriendo al hecho de que, en estos casos, presuntamente, la tinta no tendría realmente un porqué. Es así como muchas personas llegan a tatuarse porque el dibujo les resulta

«bonito»; porque les gusta. En este sentido, ya ni siquiera se tatúan buscando encarnar un ideal, sino simplemente buscando mostrar al mundo una imagen determinada de sí mismos; una imagen, por otra parte, que no tiene por qué ser ética o personal, que no tiene por qué manifestar quién se es, sino que es suficiente con que resulte «bonita» o «carismática». A este fenómeno cabría tacharlo de «superficialidad o banalidad de la tinta». Quien emplea la tinta de forma banal se tatuó X, pero muy bien podría haberse tatuado Y; pues, a ojos de esa persona, marcarse la piel para siempre es algo que puede hacerse a la ligera.

En el fondo, esa indiferencia es solo pretendida. Nadie puede escapar a la ética porque nadie puede escapar a la vida. Quien así actúa se engaña a sí mismo. Pretendiendo ser indiferente a lo que plasma sobre su piel, está encarnando, le guste o no, el ideal del «*carefree*», del «despreocupado», del que no otorga importancia a las cosas. Paradójicamente, el despreocupado no está menos ocupado que el preocupado a la hora de encarnar su ideal de vida. Eso sí, su despreocupación puede tener repercusiones sobre su experiencia del dolor. Habiendo perdido esta su vieja gloria, y habiéndose difuminado los rasgos más eminentemente éticos de la modificación corporal, esta primacía de lo meramente estético habría llevado a algunas personas a priorizar el resultado final sobre el camino recorrido, llegando a emplear cremas anestésicas para minimizar el dolor del trance. Hay quienes han contratado, incluso, a un anestesista para poder ser tatuados a la vez y en todo su cuerpo «de una sentada».

2. 3. *Espectacularidad del tatuaje*

Un segundo aspecto de la práctica del tatuaje, al que ya nos hemos referido, es el de su naturaleza espectacular. Tatuarse es marcarse la piel con tinta indeleble, pero esa marca, si se hace, es para enseñarla. Un tatuaje que no se ve es un tatuaje que no tiene sentido. Ahora bien, quien se tatúa puede también jugar con la privacidad de su tatuaje. Para empezar, algunas personas, sobre todo cuando se introducen en el mundo del tatuaje, prefieren marcar aquellas partes de su anatomía que no se ven a simple vista, al menos cuando están vestidos con ropa de calle. Así, es frecuente comenzar tatuándose la zona superior de la pierna, por encima de la rodilla, o la parte superior de los brazos, por encima del codo; zonas habitualmente cubiertas por la pernera del

pantalón o por las mangas de una camisa. Igualmente, no es raro encontrar que el primer tatuaje de una persona es por lo general algo *a priori* modesto, pequeño y no demasiado llamativo. Es raro aquel que se introduce en el mundo del tatuaje con un *bodysuit* completo o con un *blackout*.

En cualquier caso, la espectacularidad del tatuaje determina, entre otras cosas, su orientación. Si uno piensa en lo que la gente suele tatuarse, rápidamente se da cuenta de que, en realidad, y por mucho que se diga, uno no se tatúa para verse él mismo su propio tatuaje. Si uno se tatúa un lobo en su antebrazo o una catedral en su abdomen, lo normal es que el lobo o la catedral estén orientados «de cara al público». Si uno mirase el lobo de su antebrazo, lo vería del revés; pues su cabeza tenderá a estar orientada para ser vista de frente por un público hipotético. La parte superior de un tatuaje es la parte inferior desde el punto de vista de la persona que lo porta. Desde su perspectiva, todos sus tatuajes se le presentan a uno invertidos ¿Por qué? Porque estos han sido diseñados para proyectar una imagen en la retina de un observador que, por definición, no es uno mismo. Esto, paradójicamente, abre todo un abanico de posibilidades para jugar simbólicamente con la orientación de los propios tatuajes. No dejaría de ser interesante desde un punto de vista estético tratar de diseñar tatuajes espectacularmente ambiguos, en los que no quedara del todo claro quién es el que ha de observarlos: aquel que los lleva consigo o el resto del mundo.

Esta dimensión espectacular del tatuaje se vuelve especialmente sobresaliente en el caso del tatuaje contemporáneo occidental. Para las sociedades tradicionales, su espectacularidad iba de suyo. Al fin y al cabo, era la comunidad la que marcaba a sus miembros, que luego lucían dichas marcas con orgullo tribal. En el tatuaje moderno, sin embargo, esta individuación socializada entra en conflicto con el presupuesto de que es uno mismo el que expresa o manifiesta su propia individualidad a través del tatuaje. Del mismo modo que se dice que uno se viste o se maquilla para sentirse bien consigo mismo, uno decidiría tatuarse también por y para sí mismo, y no para satisfacer al ojo externo. Lo que no termina de entenderse muy bien, si nos tomamos en serio el argumento de que uno quiere verse bien por y para sí mismo, es por qué se decide entonces a orientar sus tatuajes «de cara» a un ojo externo que no es el suyo. Y es que, en realidad, uno se tatúa, se viste o se maquilla para verse bien, no él, sino en el espejo; un espejo que lo que hace no es sino desdoblar nuestra visión de nosotros

mismos, convirtiéndonos a un tiempo en espectadores y espectados. Al vernos en el espejo nos objetivamos a nosotros mismos; nos desdoblamos, con la consiguiente distorsión que esa doblez entraña. *Pasamos a vernos a nosotros mismos como si estuviéramos viendo a otra persona, de modo que el ojo propio se vuelve ajeno.* Aunque tatuarse puede constituir una decisión radicalmente personal, con funciones éticas, psicológicas y sociológicas muy relevantes, nunca es algo solamente privado. Si lo fuera, no sería necesario airearlo a los cuatro vientos. Pero que algo sea público no lo hace menos importante, ni más superficial; a veces, como decía Paul Valéry, lo más profundo es la piel; es decir, lo que todo el mundo puede ver.

2. 4. *Visto y no visto: tatuaje y erotismo*

Ya hemos dicho que el tatuaje está sobre la piel para ser visto. No obstante, en ocasiones, la tinta solo está ahí para algunos ojos y para algunas miradas; y no para cualquiera. En este juego de miradas, de lo que se ve y de lo que se oculta, hay también un espacio para el erotismo. De hecho, en muchas tribus tanto el tatuaje como la escarificación se han practicado no solo para señalar la pertenencia del individuo al grupo o el paso a la mayoría de edad, sino con fines eróticos y estéticos. Recogiendo el testimonio de Lévi-Strauss (2017) acerca de las bellas mujeres caduveo, Le Breton (2002) va a hablar sobre cómo el tatuaje es capaz de erotizar el cuerpo. El famoso *youtuber* Renezz, en su canal dedicado al mundo de la tinta, habla frecuentemente de «tatuajes para fornicar». Se refiere con ese término a los llamados «parches»: piezas sueltas que no tienen por qué tener un nexo en común y que permiten ir «rellenando» el lienzo que es la piel sin tener en mente un proyecto totalizador como el de un «*bodysuit*» completo. Y así es: muchas personas se tatúan esperando resultar más atractivas; «para fornicar». Como quien se compra una nueva prenda de ropa, la tinta viene a ser un complemento estético; algo que gusta y está hecho para gustar. Cuando uno se tatúa con este fin, se acerca peligrosamente a la banalidad de la tinta. Con esa marca no se pretende decir nada, sino solamente mostrarlo y mostrarse de una determinada forma.

No todos los tatuajes son igual de eróticos. Incluso entre aquellos que han sido hechos para gustar, los hay que son más íntimos, que solo se revelan en determinadas

situaciones y ante determinadas personas. Un tatuaje en la ingle, el ya «mítico» tribal femenino en la parte baja de la espalda, un pequeño detalle entre los pechos (o incluso un mandala completo), lo mismo que un *piercing* en el pezón o en el ombligo, por no decir en otro sitio, son elementos y piezas que se muestran solo a algunas personas afortunadas. Estos son tatuajes y marcas que llaman la atención, que buscan y atraen la mirada, pero también las manos, como sugiere Le Breton.

2. 5. Tatuaje y memoria

Ya lo sabemos: tatuarse es marcarse la piel con tinta indeleble. Esto significa que la marca, por definición, no está pensada para desaparecer. Este carácter de perennidad vincula el tatuaje con la memoria. La marca, además de singularizar, también puede servir para recordar o registrar episodios significativos de nuestras vidas. Todos conocemos al protagonista de la película *Memento*. Afectado de amnesia anterógrada, Leonard se tatúa las pistas que va recopilando acerca del asesino de su esposa. También el protagonista de la serie de televisión *Prison Break* lleva tatuado su plan de fuga en forma de *bodysuit*. Sin embargo, no hace falta ser amnésico, ni tampoco haber elaborado un complejo plan, para hacer del tatuaje una práctica mnemotécnica. En realidad, todo tatuaje lo es de suyo, y esto en virtud de su propia anatomía.

Nuestros tatuajes, en la medida en que están siempre vinculados de una u otra forma con nuestra persona, están también vinculados con nuestros recuerdos. Algo de lo que somos queda siempre plasmado en lo que nos tatuamos. Incluso la tinta banal lleva consigo, al menos, el recuerdo del tatuaje mismo. Pero hay, además, tatuajes cuyo propósito primero es recordar u honrar, ya sea a una persona, una fecha o algo que en algún momento de nuestra vida nos fue querido. Quien por esto se tatúa busca encarnar su compromiso con dicho recuerdo, fijando sobre la piel su importancia y buscando que el resto del mundo lo vea y lo reconozca. En algunos casos, el público objetivo de este compromiso puede llegar a ser uno mismo. El tatuaje servirá entonces a modo de auto-recordatorio de la importancia o significación ética que tuvo aquello con lo que el tatuaje se relaciona. Podrá venir a recordarnos, así, un propósito, un deseo, una promesa o, incluso, una herida; abriendo innumerables posibilidades de representación simbólica. En cualquier caso, incluso aquí la función pública del tatuaje

resulta innegable: por muy nuestro que sea dicho compromiso, es su publicidad y el hecho de portarlo siempre en y con nosotros lo que lo vuelve tan importante.

2. 6. Tatuaje, expresión e identidad personal y social

«Firma del yo». Así habla Le Breton (2002) del tatuaje moderno. En las sociedades tradicionales, nos dice, el tatuaje no es un fin en sí mismo, sino que recibe siempre su sentido en el marco de una práctica social. Los tatuajes «de madurez» señalan e inscriben en el cuerpo el reconocimiento comunitario de su mayoría de edad. Sin embargo, el tatuaje en las sociedades occidentales contemporáneas es un elemento individualizador. Quien se tatúa busca que su tatuaje sea único para volverse él mismo también único. Copiar directamente un tatuaje es motivo de escarnio público, falta de «personalidad» casi equivalente a un robo ¿Por qué?

En nuestras sociedades liberales contemporáneas, donde el individuo y su libertad aparecen siempre en primer plano, cada persona aspira a ser especial; a ser única; a tener, en definitiva, «personalidad» y a no dejarse conducir por las «modas». En buena medida, la práctica del tatuaje y su creciente popularización se han puesto al servicio de esta ideología: el tatuaje se ha convertido en un elemento individualizador, en una práctica que permite construir la propia individualidad. Se da la paradoja, sin embargo, de que esta construcción del sí mismo se ha convertido ella misma en una «moda». Poco a poco, sobre todo entre la población más joven, se va volviendo más y más frecuente tener algún tatuaje. Si seguimos así, pronto será más «radical» y más diferenciador no tener un tatuaje que tenerlo. Además, sucede con el tatuaje lo mismo que con el resto de nuestros gustos y deseos: que difícilmente escapan a la influencia social. Por eso proliferan los lobos, las rosas, las brújulas y los faros. Casi todos los que se tatúan, se tatúan lo mismo: un motivo animal, el nombre de algún familiar, una fecha importante o algún elemento tribal o proveniente de una cultura extraña, que llama la atención, aunque sea solo estéticamente, pero cuyo significado, en realidad, se desconoce.

Algunos de estos elementos todavía conservan algunos rasgos del tatuaje tradicional, si bien invirtiendo su sentido original. En los tatuajes familiares, se conserva la vinculación con la tribu, solo que, ahora, no es la tribu la que marca al

individuo como a uno de sus miembros; antes bien, es el individuo el que se marca a sí mismo en una decisión puramente personal para decirle al mundo y a sí mismo lo importante que para él es su familia. Lo mismo sucede con aquellos motivos animales que pretenden expresar cualidades personales. Antes la tribu marcaba al guerrero para reconocer el valor demostrado en el combate, su fuerza o alguna de sus hazañas. Ahora es uno mismo el que se tatúa un león, un lobo o un tigre porque se reconoce en sus características simbólicas y pretende que los demás lo hagan también; con independencia de que realmente se adecúe o no a ellas. Antes eran los demás los que te decían que eras un guerrero; ahora eres tú el que tiene la posibilidad de decirle al mundo que lo eres. Lo más curioso de este fenómeno es que no cabe descartar que, efectivamente, una vez tatuado virilmente, y como si de una profecía autocumplida se tratase, uno comience, de hecho, a comportarse con más virilidad. Es el poder del efecto Pigmalión. La cuestión es si esto viene a fortalecer la propia personalidad o si, por el contrario, no es otra cosa que la moda de la propia individualidad. Como le escuché decir alguna vez a José Errasti, profesor de Personalidad en la Facultad de Psicología de Oviedo: «hoy en día, la sociedad nos dice cómo hay que ser y cómo hay que ser cuando no se quiere ser como hay que ser». El tatuaje contemporáneo, el que se hacían putas y marineros en los puertos decimonónicos de los EE. UU., nació como signo o marca de rebeldía, como indicador de que uno estaba o pretendía estar al margen de la sociedad. La «radicalidad» y la libertad simbolizada por el hecho de tatuarse sedujo a los jóvenes de la contracultura norteamericana y anglosajona de los años 60, que no tardaron en exportarla al resto del mundo; pero, como dice Le Bretón (2002), hasta el fenómeno *punk*, que pretendía hacer gala de su disidencia a través de la modificación corporal, terminó convertido en moda y estilo.

Toda esta retórica del individuo y su personalidad, por otro lado, pierde de vista lo que la propia personalidad es. Psicólogos y filósofos nos han remitido ya tantas veces a su etimología que hablar del *prósopon* griego o del *personare* latino causa hastío. Pero así es, hablar de personalidad es tanto como hablar del personaje que cada uno encarna en el teatro del mundo. Por eso, quien más personalidad tiene no es el más único, ni tampoco el más especial, sino solamente el más «personaje». El proceso de hacerse persona, de fabricarse una personalidad, implica la presencia de un espectador; de

modo que el ser humano se individualiza siempre socialmente: a través de un juego dialéctico en el que siempre participan tanto él como los demás.

En este sentido, la expresión de la propia individualidad que persigue el tatuaje contemporáneo occidental se mueve inevitablemente en este juego o tensión entre ser uno mismo y ser para los demás. Recordemos el carácter espectacular del tatuaje: aunque uno se tatúe para expresar su «yo interior», aquello que él es en lo más profundo de su ser, llevará esa expresión en carnes, en su superficie y de cara al público. Si se conformara con saberse él mismo tal y como pretende ser, quien se tatúa no tendría necesidad de tatuarse. Si se tatúa, es porque tiene la necesidad de que ese ser profundo se manifieste a los demás. El hecho de tatuarse, a menudo, es una ayuda o un compromiso no con lo que uno es, sino con lo que uno desearía y persigue ser. La modificación corporal se convierte entonces en una forma de certificar el propio cambio vital: uno transforma su cuerpo como respaldo simbólico a la transformación pretendida de su propia vida, en un sentido personal o ético antes que físico. Y aunque esta peculiar botella de Klein que es la naturaleza del tatuaje, en la que la convexidad y la concavidad del yo se involucran y vuelven indiferenciables, no es patente para la mayoría de quienes se tatúan, lo cierto es que tampoco importa. Que algo no sea consciente para los involucrados no lo vuelve menos real ni, como intuyeron los psicoanalistas, tampoco menos importante. La visión precrítica que muchos tatuados tienen de sus propios tatuajes, hoy profundamente autista, no les resta un ápice de importancia ética. Solo el más osado de los filósofos se atrevería a reírse del compromiso público y ético que la tinta en sus cuerpos encarna. Esta, una vez liberada de sus presupuestos ideológicos, se convierte en una prueba evidente de la naturaleza a un tiempo individual y social de nuestra propia persona, así como de la posibilidad de transformarla y de comprometernos con esa transformación en dirección a lo mejor.

§ 3. La filosofía del culturismo

3. 1. ¿Qué es el culturismo?

Decía Ortega y Gasset (2016) que el hombre es un animal etimológico y Heidegger es conocido por haber hecho de la etimología profesión. La obsesión etimológica

pretende hacer de la etimología una vía de acceso privilegiada al significado «profundo», «primitivo» u «originario» de las palabras. Personalmente, las raíces no me obsesionan, pero puedo ver su utilidad, pues sin darnos estas el significado último de nuestros términos, más de una vez pueden arrojar algo de luz sobre ellos y recuperar sentidos que están ahí, pero que en ocasiones nos pasan desapercibidos. Sin embargo, a veces la corrección etimológica no es tan importante como la creatividad a la hora de relacionar significados; baste recordar la polémica entre el propio Heidegger (1994) y Ortega y Gasset (2014) a raíz del Congreso de Darmstadt y de la conferencia del alemán: «Construir, habitar, pensar». En ocasiones, conectar etimológicamente dos palabras que no tienen una verdadera conexión entre sí puede resultar más sugerente que no conectarlas. Como los modelos en ciencia, estas conexiones son útiles, precisamente, gracias a su falsedad, y no a pesar de ella (Elgin, 2017).

En este sentido, «cultura» dice ‘cultivo’ y viene del latín *colere*, que significa ‘cultivar’ y que se asocia, de manera general, con la idea de ‘revolver la tierra’. Un hombre culto es un hombre que se ha cultivado; que ha roturado el suelo de su alma para plantar semillas que han terminado por germinar. De la misma raíz procede «culto», entendido en el sentido ceremonial de la palabra. *Cultus*, en latín, indica la ‘acción de cultivar, cuidar u ocuparse de algo’. Se refería al cultivo del campo y del alma, pero también a la práctica o trato frecuente con algo o con alguien. De ahí proceden el culto religioso o el culto al cuerpo, como formas de cuidado y honra, de los dioses y de uno mismo.

«Culturista», por su parte, es una palabra que puede venir del *cultus* latino o de la voz *sculpere*, que dice ‘esculpir’, con reducción de la ese inicial, como en *culter*, que significa ‘cuchillo’. Al fin y al cabo, el culturista lo mismo cultiva el cuerpo, que lo convierte en objeto de culto, que lo esculpe. Porque, ¿qué es lo que hace exactamente un culturista? Tomando un modelo ideal, cincela su musculatura estriada hasta acercarla a él. No usa martillo ni cincel, sino más bien otra suerte de hierros. Como un artista, examina su progreso frente al espejo. Con esa mirada se convierte en objeto de su propio arte, de modo que puede pulir y trabajar este o aquel músculo buscando alcanzar las proporciones deseadas; las proporciones perfectas. El resultado de este trabajo es un cuerpo al que en ocasiones se pueden referir como si fuera un «templo»; lugar de culto, pero ¿de qué? De uno mismo; si bien, en pureza, el templo sería más

bien el gimnasio y el cuerpo, o sea, uno mismo, tan solo el objeto en él adorado. Para el culturista, el cultivo de su propia imagen se convierte en una forma de vida. Su tiempo, su ocio, su alimentación, incluso su trabajo, se ponen al servicio de lograr el cuerpo deseado. Comer es contar calorías; ir al gimnasio una obligación y una responsabilidad, pues sin constancia no hay «ganancia», no hay crecimiento muscular. También el dolor forma una parte esencial del culturismo: certifica su importancia, consagrando el esfuerzo realizado. Ir a entrenar es ir a sufrir y, si no se sufre, si no hay dolor, entonces es que no se ha entrenado bien.

Alrededor del «*fitness*» se ha generado toda una subcultura que ha ido creciendo en popularidad. Vinculada al mundo de Internet, se vende como un modo o modelo de vida. En este sentido, es un proyecto ético en toda regla; eso sí, uno que pasa por la transformación poética del propio cuerpo.

3. 2. *El paso del mito al meme*

En la educación secundaria no es infrecuente comenzar explicando la historia de la filosofía a partir del famoso «paso del mito al *lógos*». Esta lectura de sus orígenes ha sido duramente criticada, pues ni el mito es totalmente irracional, ni es abandonado con el nacimiento de la filosofía; para darse cuenta de ello basta leer los diálogos de Platón. La moda *fitness* también tiene sus figuras míticas originarias: los grandes nombres del «Mr. Olympia». Arnold Schwarzenegger, Franco Columbo, Vince Gironda, Ronnie Coleman, Lee Haney, todos ellos contribuyeron a popularizar el culturismo. Chris Bumstead y el resto de las figuras de actualidad le deben su fama en buena medida al trabajo de aquellos pioneros.

Sin embargo, hoy en día, el culturismo y el *fitness* gozan de una pregnancia social con la que Arnold, a pesar de toda su fama, nunca habría podido soñar. *Instagram*, *Youtube*, *TikTok* y, en general, las redes sociales, han hecho del culto al cuerpo una moda. Son muchos los «*influencers*» de actualidad que han salido del mundo del *fitness* o que, en mayor o menor medida, orbitan a su alrededor: Andoni, Joan Pradells, Iron Masters, Sergio Peinado, The Fitness Boy, Sr. Fufi, Latman, David Laid, Jesse James o los ya míticos, y fallecidos, *Zyzz*, Villano Fitness o Jo Lindner. La lista es interminable y recoge el nombre de creadoras y creadores de contenido, tanto de habla hispana

como de habla inglesa. La mayoría de estos *influencers* publican contenido a medio camino entre la didáctica, el entretenimiento y la motivación personal; especializándose, cada uno de ellos, en alguna de estas facetas. No resulta infrecuente comenzar ofreciendo consejos nutricionales y de acondicionamiento físico para, después, dar el salto al mundo de la motivación personal y, prácticamente, de la autoayuda. La moda *fitness*, incluso, termina jugando un papel importante en otros canales cuyo contenido, en principio, no tendría por qué tener una vinculación directa con el culturismo, desde ChickenPapi, canal de cocina, hasta Ibai o el Xokas. Estos dos últimos conocidos «*streamers*», por ejemplo, han iniciado en su momento sendos proyectos de «cambio físico».

Sin embargo, en la creciente popularidad del culturismo y el *fitness* no hay que menospreciar el papel del humor y, más en general, de la cultura de Internet. Las redes sociales están literalmente plagadas de «memes» vinculados con el mundo del gimnasio. En 2023 fue tendencia un formato de meme cuyo protagonista era el culturista Mike O'Hearn. La mofa y el escarnio, la risa, sobre todo aquella que se dirige contra uno mismo, es una parte fundamental de las dinámicas que caracterizan las redes sociales. Así, el propio Mike O'Hearn abrazó el meme, contribuyendo a su «viralización». Todo este fenómeno que venimos comentando no es ajeno a la reivindicación de una nueva forma de masculinidad. Durante la última década, hemos vivido, en España, pero también en el resto del mundo occidental, el auge del movimiento feminista. Entre las reivindicaciones de los distintos feminismos (porque sí, no existe una única forma de ser feminista), figura la necesidad de generar una «nueva masculinidad». Sin embargo, irónicamente, y como suele ocurrir en estos casos, la «nueva masculinidad» que ha comenzado a cristalizar, sobre todo desde la pandemia, ha supuesto una suerte de movimiento pendular que se mueve, precisamente, en dirección opuesta.

Lejos de perderse los rasgos de la «vieja masculinidad», se han actualizado. El «nuevo hombre» pretende ser fuerte, independiente, esforzado, proveedor, compasivo y generoso con los más débiles, exitoso en los negocios, con iniciativa, disciplinado y siempre dispuesto a mejorarse a sí mismo; capaz de hacer daño a otro, pero lo suficientemente responsable y bondadoso como para elegir no hacerlo; capaz, en definitiva, de «aportar valor» y de sobreponerse a la adversidad. Junto con este

«carácter fuerte», se han recuperado también los valores tradicionales: la fidelidad y el compromiso con la pareja, la honestidad, un cierto celibato (sobre todo para la mujer, pero no solo), e, incluso, la fe y la relación con Dios. Todos estos valores se representan y escenifican a diario en las redes sociales. De ahí la popularidad de figuras controvertidas como los hermanos Tate, David Goggins o, entre nosotros, Llados Fitness o Renezz. Todas estas figuras se han «memetizado», pues todos ellos, como tantos otros, han comprendido muy bien las dinámicas propias de Internet; dinámicas que, por cierto, no son ajenas a la esfera política³.

A nadie debería extrañar la popularidad de estas «nuevas» ideas. En última instancia, no es sino la recuperación de una serie de valores tan viejos y tan nobles como la tradición ética occidental. Los hermanos Tate, Goggins, Llados, el propio Renezz y otros adalides de la motivación y del desarrollo personal no dejan de defender una cierta ética del cultivo o del cuidado de sí. El caso de Renezz es especialmente interesante porque ha sabido conjugar una serie de influencias que van desde el cristianismo hasta el pensamiento de Jordan Peterson⁴; todo ello vehiculado a través de la práctica del tatuaje, principalmente, pero también del *fitness*. El problema de estas ideas y valores, que sobre el papel pueden ser irrecusables, es que, la mayoría de las veces, van acompañadas de otras más polémicas o cuestionables. La ética del desarrollo personal, incluido el físico, por ejemplo, suele venir acompañada de una cierta posición política de corte liberal, que, si bien puede ser asumible para muchos, es discutible para otros tantos. Recuérdese que la figura del «*self-made-man*», del «hombre-hecho-a-sí-mismo», es característica del individualismo americano desde tiempos de Emerson y no deja de estar conectada con la famosa «ética protestante y el espíritu del capitalismo». Ideas similares se esconden detrás de la moderna psicología

³ Baste señalar cómo, hoy en día, *X*, el viejo *Twitter*, se ha convertido en un vehículo prioritario para la propaganda política, que se envía, muchas veces, envuelta de humor, *memetizada* o convertida en «zasca». Ron DeSantis, candidato a la presidencia de los EE. UU., publicó en su momento un vídeo viral que fue considerado homofóbico y que estaba plagado de figuras míticas y meméticas vinculadas con esta «nueva masculinidad» de la que venimos hablando, desde el personaje de Christian Bale en *American Psycho* hasta el Aquiles de Brad Pitt o el famoso *Gigachad* (La noticia de *ABC News* se puede consultar en: <<https://www.youtube.com/watch?v=ECGtwu7h6qw>>, [10/02/2025]).

⁴ Psicólogo canadiense que ha ganado influencia a partir de sus debates con el transfeminismo contemporáneo en torno a los límites de la libertad de expresión. También ha publicado varios libros de autoayuda que, de alguna manera, vienen a recoger una serie de «reglas» que podrían servir de resumen de lo que se espera de esta «nueva masculinidad» (cf. Peterson, 2018 y 2021).

positiva y de la industria de la felicidad, incluida la literatura de autoayuda. En este sentido, la idea de hacerse o «facturarse» uno mismo forma parte del espíritu de nuestro tiempo, por decirlo con los románticos.

La figura sociopsicológica de estos tiempos, por otro lado, es la del «individuo flotante» (Pérez-Álvarez, 2023); figura que, recuperada de la filosofía de Gustavo Bueno (1981/1982), nos sirve para caracterizar nuestro moderno modo de vida: a la deriva. Esta figura, *mutatis mutandis*, fue también la figura característica del periodo helenístico y prolifera allí donde, muchas veces por exceso más que por defecto de posibilidades, el ser humano se enfrenta a un periodo de crisis y conflicto de valores. El resultado de esta crisis es un individuo desarraigado, sin nada a lo que aferrarse. Igual que sucedió en la Grecia del periodo helenístico, han surgido, para tratar de devolverle el sentido a este individuo flotante, toda una suerte de filosofías prácticas que, con una intención eminentemente ética, buscan ofrecer la salvación. Precisamente, las filosofías helenísticas están siendo recuperadas últimamente como filosofías mundanas, sobre todo el estoicismo. Los círculos que rodean la práctica del culturismo no son ajenos a este fenómeno; más bien al contrario.

3. 3. Estoicismo, o algo así

El estoicismo es una filosofía de origen grecolatino. Tradicionalmente dividida en tres grandes periodos, forma parte de las escuelas de filosofía helenística. Es frecuente destacar cómo estas escuelas, ante los cambios políticos que se venían produciendo en Grecia de la mano del imperio de Alejandro, centraron su interés en la filosofía práctica. La polis había perdido su antigua capacidad de generar sentido y arraigo; estas filosofías aparecieron, precisamente, para ofrecer consuelo y salvación.

Dentro del ecosistema del *bodybuilding*, la filosofía estoica está siendo recuperada. Ahora bien, no es el estoicismo de Zenón, ni tampoco el de Panecio o Posidonio, sino una reducción al estilo del estoicismo romano, el de Séneca, Epicteto o Marco Aurelio. El «estoicismo *fitness*» no recoge la lógica ni la metafísica del estoicismo clásico, sino tan solo su dimensión ética, recuperada bajo la forma de consejos, máximas o aforismos de los autores romanos. Así, el estoicismo queda reducido y desfigurado como una suerte de autoayuda semiculta.

El control y el dominio de las pasiones es la principal reivindicación de este nuevo estoicismo. La diferencia es que ese autodomínio, que habría de conducir a la *ataraxia* y a la *apatía*, no es el resultado de la sabiduría, al menos entendida en sentido tradicional. Para el estoicismo antiguo no hay necesidad de preocuparse de nada más que de aquello que está en nuestras manos; sobre aquello que escapa a su alcance, nada podemos hacer. El destino lo es todo. La imperturbabilidad de este nuevo estoicismo *fitness* está más bien ligada a la autosuficiencia y al individualismo. No es el resultado de la sabiduría, del conocimiento y de la aceptación del destino, sino una estrategia al servicio del logro personal. Uno no debe dejarse arrastrar por sus pasiones porque le distraerían de sus fines: dinero, éxito, fama, reconocimiento; todo ello vinculado a la construcción de un cuerpo digno de admiración. El estoicismo clásico tenía un cierto compromiso con el deber y con la virtud, incluido el deber social y político; si bien, sobre todo en tiempos de crisis, gozó también de un marcado perfil individual. El sabio estoico debía ser virtuoso, perseguir sus fines, incluido el bien común, pero desentenderse de los resultados de sus acciones, sometidas en cualquier caso a las vicisitudes del destino. «*Fata volentem ducunt, nolentem trahunt*». En el fondo, la lógica que se esconde detrás del nuevo y del viejo estoicismo es la misma; lo único que cambia es la concepción de los fines, del deber y de la virtud, pero la actitud ante los reveses de la vida es idéntica.

En la práctica, los «reveses» de la vida a los que se refiere el estoicismo *fitness* son de tipo personal y relacional más que político. Junto a los problemas de salud, la necesidad de superar una ruptura o un desamor y el deseo de encontrar uno nuevo figuran entre las principales motivaciones para iniciarse en el mundo del gimnasio. Al fin y al cabo, la transformación física es una de las formas más sencillas de percibir y manifestar un cambio personal o biográfico. La lógica del *self-made-man*, la retórica de la independencia y de la autosuficiencia, vienen a justificar, así, la necesidad de una vida dedicada a uno mismo y a sus intereses. «Gimnasio y contacto cero»⁵, esa es la receta. En este sentido, la filosofía estoica se pone al servicio del logro de estos objetivos

⁵ El «contacto cero», en Internet, se refiere, normalmente, al distanciamiento voluntario respecto de la expareja con el fin de «superar» la pasada relación. Este distanciamiento, para ser eficaz, debe ir acompañado de una reestructuración de las prioridades personales para volver a ser uno mismo el protagonista de su propia vida. El gimnasio y el cambio físico suelen situarse en el centro de esas nuevas prioridades como una forma «manifiesta» de desarrollo personal o cultivo del yo.

a un tiempo éticos y estéticos. Para obtener el cuerpo deseado, uno debe ser capaz de renunciar a todos esos placeres efímeros (sexo, comida, compromisos personales y relacionales, etc.) que lo alejan de él. El control de las pasiones se convierte, por tanto, en una guerra contra las distracciones «inútiles». El epítome de esta forma de vida monacal es el llamado, muy acertadamente, «*monk mode*». Este «modo monje» consistiría en la retirada temporal respecto de la vida pública, es decir, de la vida social y, sobre todo, de las redes, con el fin de dedicarse ascéticamente al logro de los objetivos personales. En teoría, tras desaparecer de la vida social, pasado un tiempo bien aprovechado, uno debería poder regresar siendo rico, guapo y exitoso.

Como puede verse, la recuperación de la filosofía estoica como filosofía para culturistas es una recuperación siempre en clave individual. El control de las pasiones no es una consecuencia del *amor fati* ni de la sabiduría, sino tan solo un medio al servicio del interés personal. Se da la paradoja, además, de que, al tiempo que se reclama la autosuficiencia y la independencia, hasta el punto de llegar a reivindicar el celibato voluntario, todo ello no es más que un paso en dirección a obtener reconocimiento social. Un cuerpo bien esculpido lo está para mostrárselo a los demás, porque resulta atractivo y porque, se entiende, encarna una serie de virtudes personales que se consideran valiosas, desde la disciplina al compromiso. El logro de este cuerpo envidiable, como veremos, es parte de un viaje ético, de desarrollo personal, que merecería ser documentado y compartido, y que habría de acompañarse, a su vez, del éxito en los negocios⁶.

Ahora bien, en los gimnasios no todo es individual. En ellos se forma una comunidad de «*gym bros*» o «*gym rats*», de personas a las que les une su pasión por el culto y cultivo del propio cuerpo.

3. 4. El Jardín de Arnold: ¡Bienvenido al gym, bro!

En los gimnasios no todo es estoicismo. Bueno (1981/1982) caracterizó al psicoanálisis y al epicureísmo como «heterías soteriológicas» o «comunidades salvíficas». Allí donde prolifera el «individuo flotante» lo hacen también esta suerte de

⁶ La mayor parte de las veces estos negocios están vinculados a la propia creación de «contenido fitness» en redes sociales.

comunidades, colegios o cofradías, cuya misión principal sería la salvación de esos individuos perdidos o extraviados. Algo así vienen a hacer los gimnasios, donde los veteranos ayudan y dan consejos a los novatos y donde se forjan relaciones de apoyo mutuo e, incluso, amistad. Así, aparece la figura del «*gym bro*», el «hermano del gimnasio», aquel con el que se comparte el viaje de transformación y desarrollo personal.

Frente a la adversidad y los reveses de la vida fuera del *gym*, este se convierte en una suerte de isla o remanso de paz. Como el Jardín de Epicuro, el gimnasio es un lugar apartado, alejado del mundanal ruido, al que uno va a entrenar y olvidar sus problemas, cultivando la amistad y, en este caso, sobre todo, el propio cuerpo. Las relaciones que se establecen en el gimnasio se convierten a su vez en materia de «meme», contribuyendo a fortalecer el sentimiento de pertenencia y comunidad a través de las redes sociales.

El resultado es una recuperación del sentido. El individuo, que antes flotaba a la deriva y que, con mucha frecuencia, había llegado al gimnasio «herido» y necesitado de transformación, encuentra en el propio proceso de cambio y en la comunidad que le acompaña un nuevo arraigo. Si una expareja le había abandonado y «roto el corazón», no hay problema, porque ahora puede centrarse en un nuevo objetivo y olvidarse de toda distracción. En este sentido, los gimnasios tienden a ser ambientes bastante inclusivos en los que no resulta difícil socializar y en los que uno puede dedicarse a sí mismo, en principio, sin someterse al juicio y al escarnio público. Al fin y al cabo, todo el mundo ha sido novato alguna vez. No obstante, este clima superficialmente afable convive también con una cierta sexualización y con un cierto enjuiciamiento, si bien siempre velado. En los gimnasios también hay comparación, envidia y objetivación sexual; no solo apoyo.

3. 5. El club del 1%

El mundo del gimnasio está estrechamente vinculado con el del desarrollo personal. Los «motivadores personales» tienen muchas veces un pasado en el mundo del *fitness* y, casi siempre, todo proceso de cambio o mejora personal empieza por la apariencia física. Esto es así, seguramente, porque la apariencia es lo más fácil de cambiar y

también lo más visible. En este sentido, el gimnasio, ya lo hemos dicho, se convierte en una institución dadora de sentido. La idea del desarrollo personal no es sino una reinterpretación moderna de la vieja idea ética de la forja de uno mismo, de la búsqueda de la excelencia. Este ideal se traduce en el fenómeno del 1%: la intención de formar parte del 1% de la población; o, dicho de otra manera, de ser mejor que el otro 99%.

La idea de pertenecer al club del 1% es de índole económica. Se acuñó originalmente para referirse al percentil 99 de las personas más ricas del mundo, pero se ha terminado popularizando para designar lo que en el mundillo del desarrollo personal se considera «un hombre de alto valor». El éxito de esta expresión se debe, casi con toda seguridad, a lo atractivo que resulta emplearla en redes sociales. Titular un vídeo de *Youtube* con expresiones de este tipo es una garantía, o al menos una ayuda, para que ese vídeo llegue a un público más amplio; seguramente por su contenido semántico, pero también por lo plástico de la expresión, que tanto promete, y por el carácter siempre seductor de números y porcentajes.

Para ser un hombre de alto valor hace falta estar centrado en los propios objetivos personales y profesionales. Estar centrado supone no atender a posibles distracciones y no ceder ante impulsos, deseos y pasiones. He ahí la utilidad del estoicismo, una filosofía que defiende la aceptación, resignada o gozosa, de las cosas tal y como se nos presentan; el desapego, en definitiva. La cuestión es que, en el fondo, para el estoicismo *fitness*, el desapego no es total, porque está siempre al servicio del logro de unos fines sociales y económicos determinados. La excelencia, que ahora se confunde con el éxito, en cualquier caso, ha de perseguirse en todos los ámbitos de la vida, o, al menos, en todos los que esta nueva corriente de pensamiento considera valiosos. Estéticamente, lo que debe perseguirse es lo que los anglófonos han llamado «*looksmaxing*», es decir, sacarse el máximo partido, optimizando el proceso hasta el punto de entrenar prioritariamente los músculos «más estéticos»⁷ y de adquirir una serie de hábitos muy concretos. Precisamente, la noción de hábito juega un papel fundamental en todo este fenómeno.

⁷ Brazos, especialmente el tríceps; cuello; deltoides, sobre todo su porción lateral; pectorales, principalmente sus fibras altas; y, en la espalda, dorsales y trapecios.

Se parte de la idea de que son nuestras acciones cotidianas, habituales, las que determinan nuestra pertenencia al 1% o al 99%. Hábitos y rutinas de higiene personal, de corrección postural, la ropa y los accesorios que uno viste, incluso mascar chicle o practicar «*mewing*»⁸, todo ello puede acercarle a uno al deseado percentil 99. Todas estas rutinas, incluida la del gimnasio, son una cuestión de constancia y disciplina, igual que el éxito económico. Estos círculos, en redes sociales, están plagados de consejos financieros que recomiendan emprender y llevar un negocio aparte, un «*side hustle*». El uso del inglés no es casual, como tampoco lo es esta *a priori* extraña vinculación entre la musculatura estriada y la cartera. Se entiende que el trabajo muscular, en la medida en que exige disciplina, concentración, constancia y esfuerzo, requiere y fomenta una serie de virtudes que son también necesarias para lograr el éxito económico. Personajes de Internet, como Lladros Fitness, defienden que uno no puede considerarse exitoso, incluso aunque tenga dinero, si no se le marcan los músculos abdominales; es decir: si tiene «panza» y «come *croissants*». La apariencia física es lo primero que ven los socios y, si uno no cuida su imagen corporal, ¿por qué iba a cuidar de sus negocios?

3. 6. El culturismo entre la ética y la estética

Hemos visto cómo el culturismo es una práctica *autopoiética* que consiste en cincelar la musculatura estriada mediante ejercicios específicos con el fin de acercar la apariencia física a un modelo ideal. En la actualidad, el culturismo se ha convertido en moda. Ha confluído con las tendencias profundamente individualistas de nuestras sociedades contemporáneas, dando lugar a todo un fenómeno de masas en redes sociales. En este sentido, el culturismo es una práctica estética, un arte que esculpe la carne; uno cuya obra está hecha para ser vista o espectada; y que no puede ser hecho de cualquier manera, sino que tiene una técnica concreta (al menos si uno no quiere lesionarse). En el culturismo, por tanto, se puede hablar de belleza, y también de arte.

⁸ El «*mewing*» es una práctica que promete reestructurar la configuración facial, marcando la línea mandibular que, se supone, es un rasgo atractivo. Al mismo efecto, se recomienda mascar chicle y, si es posible, el más duro del mercado. Hábito, este último, que puede tener efectos negativos para la salud análogos a los que produce el bruxismo (desgaste dental, problemas en las encías y afectación del menisco mandibular, entre otros).

Sin embargo, el culturismo, como práctica autopoietica, es también una práctica ética, de modo que se puede hablar de una «ética del culturismo» en el doble sentido del genitivo: objetivo y subjetivo. En primer lugar, el culturismo tiene una ética, o una moral (para ser más exactos con el sentido que hemos trabajado más arriba); una que, en su versión contemporánea, recoge algunas ideas y principios del estoicismo, recubiertos, eso sí, de una recuperación de la masculinidad y de la moral tradicionales. Esta moral manda controlar las pasiones, ser disciplinado y buscar la excelencia, identificada, al hilo de nuestro tiempo, con el éxito social y económico. Por supuesto, el culturismo también se puede analizar desde el punto de vista de las distintas doctrinas éticas. Como práctica corporal no deja de estar vinculada con la salud de aquello que somos por excelencia: cuerpo. Así, por ejemplo, se pueden poner en cuestión el uso de fármacos y anabolizantes o las dinámicas políticas y sociológicas que subyacen a esta nueva moda.

En cualquier caso, lo que aquí nos interesa desde el punto de vista que estamos manejando es cómo el culturismo puede ser considerado una práctica ética, precisamente, por lo que tiene de *autopoiesis*. Como hemos visto, el culturismo puede dar sentido a una vida. En la medida en que supone un proceso de cambio físico y personal, es una práctica vinculada a la forja del carácter, a la factura de sí. Lo consigue por medio de un cambio superficial, de apariencia, sí, pero uno que pretende expresar un cambio personal más profundo. La modificación del perfil muscular pretende manifestar una serie de valores y virtudes que se tienen por necesarias para conseguir semejante resultado. Toda la vida del culturista pasa a girar en torno a la consecución de este logro: su alimentación; su vida social; su ocio; incluso, para algunos, también su trabajo. Ahora bien, si hablamos de ética, tal y como hemos determinado al inicio de este trabajo, estamos hablando de felicidad y sentido.

La idea de «sentido» es difícil. Bueno (1996) la entiende como una conexión entre dos términos $R(\varepsilon, \tau)$; donde ε representa aquello que soporta el sentido y τ aquello que, de alguna manera, se lo confiere. Así, por ejemplo, el sentido de una flecha es la diana a la que se dirige. Aplicada a la vida, la idea de sentido se convierte en el «sentido de una vida»; y, como la vida es quehacer, aquello que nos ocupa, nuestros quehaceres serían aquello a lo que habría que dotar de sentido. Pues bien, la práctica estética de cincelar la propia figura en el gimnasio hasta alcanzar un ideal, para el culturista, haría

las veces de τ o elemento dador de sentido, anudando en una trayectoria definida los diferentes quehaceres del culturista. Ocurre en el culturismo, además, que toda esta dación de sentido hace referencia, aparte de a la estética, al cuerpo; es decir, a aquello que ante todo somos. No es casualidad que el culturismo, igual que el tatuaje y otras formas más extremas de modificación corporal se hayan convertido, hoy, en prácticas éticas; como tampoco es casual su creciente popularidad en un momento en el que la figura característica de nuestra forma de vida es el «individuo flotante». En tiempos de desarraigo y ausencia de sentido, no es extraño el repliegue individual. El culto y cultivo de uno mismo es la empresa ética por antonomasia y, si damos por hecho que somos cuerpo, el cuerpo mismo es lo primero que cabe cultivar.

La condición propia de nuestro tiempo es la del *individuo flotante*; un individuo que vive a la deriva, en situación de desarraigo y vacío de sentido (y no tanto por ausencia de sentidos posibles, como por exceso de ellos). Esta condición presenta paralelismos con aquella otra que caracterizó el periodo de la filosofía helenística. Por eso no es extraño tampoco que, en este contexto, se hayan recuperado determinadas ideas procedentes de aquella tradición egregia. El culturismo, en este sentido, se ha convertido en una suerte de práctica salvífica o soteriológica, igual que en su día lo fue el epicureísmo. Adoptando el control de las pasiones estoico y haciendo del gimnasio Jardín, el culturismo se presenta a sí mismo como una práctica ética que persigue la excelencia personal y el cultivo del yo. No obstante, y a pesar de esta intención en principio noble, su concepción de la virtud está viciada por su identificación con el éxito económico y social. Esta identificación pervierte el sentido original de la tradición helénica, que siempre vinculó la excelencia con la figura del sabio y no con la del rico. De esta manera, el culturismo adquiere un perfil utilitario y hasta cierto punto narcisista, convirtiéndose inadvertidamente, o no, en una suerte de culto o glorificación del yo.

El cultivo de la propia persona, la búsqueda de la excelencia, es un fin loable por su propia definición ¿Quién no querría ser «mejor»? Al fin y al cabo, da igual si uno es bueno, porque lo mejor siempre será enemigo de lo bueno. En la medida en que nosotros somos cuerpo, la excelencia exige también su cultivo, como supieron ver los griegos. Ahora bien, nuestra mejor tradición siempre ha entendido que el trabajo del cuerpo debe ir acompañado del cultivo del alma. El culturismo, es cierto, exige una

serie de virtudes de disciplina, esfuerzo y sacrificio que a nadie se le ocurriría tachar de irrelevantes en nuestro camino hacia la excelencia y, en este sentido, es una práctica ética que contribuye a forjar el carácter. No obstante, junto con estas grandes virtudes, el culturismo moderno, el de las redes sociales, aglutina otras ideas o valores no tan incuestionables que, en buena medida, junto a las dinámicas propias del mundo de Internet, dan cuenta de su creciente popularidad. Su concepción de la excelencia es muy particular, pues no consiste en ser mejor, sino tan solo en ser mejor que el resto; predica la ataraxia, pero no el desprendimiento respecto del éxito social y económico; persigue la autarquía, pero una que no es la autarquía del sabio, sino la del individuo autosuficiente y, por qué no decirlo, solitario e incluso autista. El desarrollo personal, la forja del carácter, se convierte, en manos de los «motivadores personales», en una obsesión, en un deseo de perfección, tan perseguida como inalcanzable; haciendo buenas migas, por otro lado, con la famosa industria de la felicidad (Cabanas e Illouz, 2019).

Frente a toda esta tendencia cabe reivindicar un culturismo clásico; uno que, efectivamente, pueda conferir sentido a una vida y que pueda ser también el complemento ideal a una búsqueda de la excelencia informada por lo mejor de la tradición filosófica occidental. El gimnasio exige y desarrolla virtudes éticas esenciales y, en un determinado momento, puede muy bien hacer las veces de lenitivo para la falta de sentido y el mal de amores; pero, aunque sea imposible entrenar el rostro, lo que sí se puede entrenar es lo que se esconde detrás de los ojos. El perseguidor de la excelencia debería tener eso claro: que no hay excelencia sin sabiduría. Al filósofo, por su parte, habría que recordarle que la sabiduría lleva tiempo, sí, pero ello no es excusa para ser un alfeñique. Al fin y al cabo, Platón es Platón por su filosofía, pero también por sus anchas espaldas.

§ 4. El caso Black Alien o sobre la modificación corporal extrema

Tanto la práctica del tatuaje como la del culturismo pueden ser consideradas dos formas de *modificación corporal*. Sin embargo, a menudo se reserva el término para referirse solamente a aquellas intervenciones que resultan invasivas, dejando de lado la transformación gimnástica o deportiva del propio cuerpo. En puridad, ambas, el

tatuaje y el culturismo, son formas de modificar artificialmente nuestra apariencia. No obstante, el culturismo tiene algunas particularidades que parecerían alejarlo del resto de prácticas de modificación corporal. Al fin y al cabo, lo que se hace en el gimnasio y sus efectos podría considerarse análogo a lo que sucede, por ejemplo, con el trabajo físico de un albañil o con el de un militar. Sin embargo, lo cierto es que el gimnasio, incluso cuando se vuelve rutina, es siempre algo superfluo; cosa que no sucede con esas actividades profesionales. El culturismo no es una actividad necesaria para la vida, como lo puede ser el trabajo, sino que se trata de una actividad que se hace con un solo propósito: la transformación estética del propio cuerpo. Quien entrena por salud o para mejorar su rendimiento deportivo, ya sea a nivel *amateur* o profesional, lo hace sin preocuparse por un ideal estético. Si la actividad física vuelve su cuerpo bello y proporcionado, bien está; pero, si no lo hace, ningún buen deportista sacrificaría su rendimiento en aras de la belleza.

La modificación corporal, por lo tanto, admite grados. Puede ir desde los cambios que poco a poco va notando el culturista frente al espejo de su gimnasio, pasando por el tatuaje, hasta llegar a la inserción de *piercings*, la escarificación, el uso de implantes, los retoques de cirugía estética e, incluso, por qué no, las cirugías de reasignación del colectivo trans y otras, si cabe, aún más extremas. En este apartado vamos a centrarnos en estas últimas y, particularmente, en el caso de Anthony Loffredo, alias *The Black Alien*.

4. 1. El Proyecto *Black Alien*

Anthony Loffredo es un joven francés; uno que lleva ya una década enfrascado en un proyecto de modificación corporal extremo. Su objetivo: parecerse lo más posible a un alien o, al menos, a lo que él entiende que es un alienígena. Desde 2015, se ha cortado la nariz y las orejas, así como un par de dedos en cada una de las dos manos; se ha recortado los labios y ha hecho de su lengua una lengua bífida, que luego ha coloreado de verde; se ha tatuado el cuerpo entero de negro; se ha inyectado tinta en los globos oculares; y se ha introducido múltiples implantes para modificar la forma de su cabeza y de sus extremidades. Ha amenazado, incluso, con cortarse una pierna y con dividirse, no la lengua, sino también el pene, a imagen y semejanza del Israel de

Salomón: en dos. Algunas de estas intervenciones, sobre todo aquellas más graves, las ha tenido que hacer fuera de Europa, en condiciones mejorables y poniéndose en manos de cirujanos que tienden a actuar al margen de la legalidad. Anthony lleva compartiendo su periplo todos estos años a través de las redes sociales, donde ha llegado a acumular más de un millón de seguidores solo en *Instagram*. Allí explica sus próximas intervenciones, muestra su día a día y lleva la cuenta del porcentaje de transformación que, según él, ha alcanzado ya.

Su proyecto, que para muchos no es sino el producto de la imaginación de un perturbado, ha sido comentado, difundido y casi prostituido en redes sociales. El *Black Alien* ha sido el billete de Anthony a la fama; una fama de la que él mismo se ha beneficiado. La opinión pública, por su parte, ha oscilado entre el morbo y el escándalo; reacción natural ante aquello que escapa a nuestra comprensión, ante aquello que nos resulta extraño. Esta extrañeza, sin embargo, no impide que el proyecto de Anthony tenga, como lo hace, una profundidad filosófica de la que, en las próximas páginas, trataré de hacerme eco. No porque yo piense que Anthony no es un loco o que se trata de un genio incomprendido, sino porque incluso la locura puede ser, y de hecho es, objeto de reflexión filosófica. No en vano, muchos sistemas filosóficos, que sí son el producto de la imaginación de un genio, no dejan de ser por ello delirantes.

4. 2. *La condena de las apariencias*

En múltiples intervenciones y entrevistas, tratando de explicar su proyecto, el *Black Alien* ha desarrollado un cierto intento de crítica social, denunciando cómo, desde que empezó con él, la gente, la sociedad, ha tendido a juzgarle por su apariencia. En realidad, a todos se nos juzga constantemente por ella. No solo es juzgado el *Black Alien*; Anthony también era objeto de juicios y miradas recriminatorias incluso antes de modificar su apariencia. En este sentido, el *Black Alien*, al menos durante algún tiempo, supuso una suerte de experimento social.

En teoría, pretendía demostrar cómo, constantemente, tendemos a juzgar a los demás sin conocerlos, utilizando como única guía de nuestros juicios su apariencia. El aspecto monstruoso del alien venía a ser un engaño; una máscara que ocultaba su

verdadera personalidad: la de un joven Anthony, amable y sensible. Casi como una coraza, le servía de protección, alejando de él a aquellos que, miopes, eran incapaces de ver más allá.

El problema es, claro está, que no hay conocimiento sin apariencias; que entre las apariencias y la realidad hay siempre una relación dialéctica. No podemos acceder a la verdad sino a través de lo que se nos aparece. Por eso tienen las apariencias tanta importancia; porque son nuestra carta de presentación. La forma en la que nosotros mismos tratamos de presentarnos al mundo dice mucho de quiénes somos. La apariencia monstruosa del Black Alien, grotesca e incómoda por incomprensible, no oculta, sino que más bien revela, una personalidad igual de incómoda e incomprensible para el común de la gente. Anthony tiene una concepción de su cuerpo y de su imagen muy diferente de la que podríamos mantener la mayoría de nosotros. Al fin y al cabo, su proyecto consiste esencialmente en dejar de ser humano, o, al menos, en intentarlo.

4. 3. La paradoja del hombre-alienígena

82

Tenemos, hasta aquí, a un hombre que trata de presentarse como si fuera un alienígena; como si no fuera de este mundo. Esta autopresentación descansa sobre un proyecto de modificación corporal que busca deformar su imagen hasta volverla irreconocible. En este sentido, el proyecto de Anthony pudiera recordarnos las tesis de algunos defensores del *trans-* o del *post-humanismo*. Ambos movimientos, aunque desde coordenadas filosóficas e ideológicas muy diferentes, abogan por un abandono de la naturaleza humana tal y como la conocemos. También Anthony quiere borrar de sí mismo todo rastro aparente de humanidad. Eso sí, su proyecto pretende limitarse solamente a su apariencia; como si estuviera tratando de probar, y en eso consistía su experimento original, que uno no es más humano por parecerlo; que muchos lo parecen sin serlo, mientras que otros, sin parecerlo, aventajan a aquellos en humanidad.

Por eso, a pesar de las apariencias, el Black Alien no es un proyecto posthumano. Es más, y esta es una de sus principales limitaciones, la imagen o el modelo de alienígena al que pretende parecerse no deja de ser un producto humano, demasiado humano.

La suya es una imagen hollywoodiense. No existiría el Black Alien sin *E. T., La guerra de las galaxias, Dragon Ball* y tantas otras obras de ficción que han contribuido a forjar la imagen que hoy se nos viene a la cabeza cuando pensamos en un extraterrestre. La identidad que busca construir el Black Alien a través de su proyecto de modificación corporal, pretendidamente única, pretendidamente *autopoiética*, en realidad, no deja de ser la reproducción de un modelo. No le pertenece, pues, ni su propia *poiesis*. Lo único que lo vuelve único es el hecho de que nadie más está dispuesto a encarnarlo de manera tan radical; pero ni siquiera es en esto ya realmente único. Hoy, proliferan en las redes sociales no solo los aliens, sino también los demonios, los orcos y quién sabe cuántas otras criaturas sacadas directamente de la ciencia ficción. Nuestra voluntad llega tan lejos como nuestra imaginación, pero no más; nuestra estupidez y nuestra capacidad de autosabotaje, en cambio, solo se ven limitadas por la muerte.

4. 4. De ética, aliens y estética

En última instancia, el proyecto de Anthony Loffredo merece figurar entre las prácticas a un tiempo éticas y estéticas de las que venimos hablando. La suya es, si cabe, la más radicalmente *autopoiética* de todas ellas. El tatuaje, incluso cuando se trata de un *bodysuit*, de un «traje» completo, no implica una transformación radical de la propia identidad. En ocasiones, puede pretender manifestarla o marcar un cambio en ella; pero nadie deja de ser quien es para ser otro diferente por el mero hecho de hacerse un tatuaje. Lo mismo sucede con el culturismo: puede hacernos cambiar, puede transformar nuestra apariencia y podemos convertirnos, a su través, en una versión mejor de nosotros mismos; pero ahí está la clave, en ese *de nosotros mismos*. El Black Alien, sin embargo, sí busca devorar a Anthony; sí busca dejar de ser él para abrazar una nueva identidad; una que ni siquiera es humana (al menos desde el punto de vista *emic*). En este sentido, el Black Alien, como proyecto de modificación corporal extremo, es la viva imagen de una práctica que es a la vez ética y estética; una práctica en la que, a través de la transformación estética del propio cuerpo, se logra diseñar un proyecto ético de vida; y ello a pesar de que dicho proyecto es, desde las coordenadas del materialismo filosófico, profundamente antiético, pues conculca directamente la fortaleza de Anthony en cuanto que sujeto corpóreo. He ahí la paradoja de un proyecto

que pretende construir esa morada en que se vive, ese *êthos* en el que hemos hecho consistir la ética, a costa de mutilaciones varias; a costa de roer sus cimientos. Hacerse daño uno mismo para hacerse uno mismo. No deja de ser una vida cuyo sentido consiste en ser uno su propio carnicero.

§ 5. Conclusiones

Hemos examinado tres fenómenos a un tiempo éticos y estéticos, todos ellos vinculados con nuestra naturaleza corpórea. Los tres, el tatuaje, el culturismo y la modificación corporal extrema, pueden ser consideradas *prácticas de sentido*⁹; tres formas de construcción de uno mismo a través del control y la modificación del propio cuerpo. Desde esta perspectiva, las tres son *autopoiéticas*; idea esta que resulta problemática. En la factura de sí hay, ciertamente, algo de verdad, sí, pero solo si se la libera de sus ensoñaciones autistas. Puede haber *poiesis* del yo —al fin y al cabo, en eso hemos hecho consistir la ética—; pero el autor de esa *poiesis* no es uno mismo en soledad, sino en sociedad. La idea de hacerse la vida y de esforzarse en ello no es risible, mucho menos cuando se vive en cuerpo y alma, cuando se encarna; lo que sí resulta en ocasiones risible es la mitología que envuelve esa encarnación de la ética.

Tampoco debería sorprendernos que las tres prácticas digan relación al cuerpo. Frente a la concepción disociada de los dualistas, el cuerpo no es algo que se tenga; es algo que se es. Como sujetos corpóreos que somos, el cuerpo no es algo de nuestra propiedad, sino aquello que nos constituye, pues solo se puede poseer aquello que no se es. El cuerpo, sin embargo, se puede objetivar; se puede fingir que es algo separado de nosotros mismos, como cuando nos miramos en el espejo. Todas estas prácticas de sentido lo hacen; y en ello radica su común espectacularidad. Cuando hacemos del cuerpo el objeto de nuestro arte de vida, cuando lo convertimos en el lienzo sobre el que pintar su sentido, lo enajenamos; negamos su carácter constitutivo de aquello que somos. Paradójicamente, todas estas prácticas, en una suerte de movimiento dialéctico, recogen, resuelven y superan esta contradicción. El control sobre el propio cuerpo le

⁹ No todas las prácticas de sentido tienen por qué estar relacionadas con la corporalidad, al menos no directamente. Las prácticas de sentido son aquellas que, simplemente, dan sentido a una vida. Que estas tres prácticas que estamos viendo tengan que ver todas ellas con el cuerpo solamente señala la importancia constitutiva que tiene este último.

termina devolviendo a este su carácter constitutivo, pues el resultado de su transformación, que viene a dar sentido a la vida, se convierte, de nuevo, en aquello que más propiamente somos. Enfrascándome en un proyecto de *bodysuit*, marcando mi cuerpo, dirijo mi vida en dirección a cumplir ese proyecto. Objetivo mi cuerpo, es cierto, pero el proceso de transformación y su resultado me lo devuelven ya como aquello en lo que más propiamente consiste o ha consistido mi vida; en aquello que más propiamente soy: un tatuado; un culturista; un alien.

Todavía menos debería sorprendernos la popularidad de estas prácticas en la actualidad. Ya hemos mencionado el tipo sociopsicológico de nuestro tiempo: el *individuo flotante*. Hoy, al menos en las sociedades occidentales, tenemos más libertades y oportunidades que nunca; nuestras vidas son abiertas, demasiado abiertas. El sentido y el arraigo han dejado de manar de las fuentes de las que lo hacían antaño. El resultado: un peligro y una tarea; una vida a la deriva y una vida por hacer. En este contexto, el cuerpo se nos revela como algo que está ahí, al alcance de nuestras prometeicas ensoñaciones. Nada es más fácil de transformar; ni tampoco más visible, para nosotros y para los demás. En este proceso de desdoblamiento y enajenación, de objetivación de aquello que somos, juegan un papel fundamental las *tecnologías reflexivas*; aquellas que nos hacen pensar, sí, pero a fuer de arrojarnos reflejos, imágenes de nosotros mismos. *Instagram*, las redes sociales, un espejo o un simple charco de agua, todos ellos *catalizadores de la subjetividad*, hacen de nosotros *pequeños narcisos*. Ilusión de control es lo que nos regalan estas formas de autopoiesis corporal; muchas veces, eso sí, a costa de rajar, descuartizar y exponer lo que somos ante la atenta mirada de nuestros semejantes; a costa de volver nuestra vida una espectacular carnicería.

Bibliografía

- Aristóteles (2019), *Ética a Nicómaco* (trad. Julio Pallí), 1ª ed. Madrid, Gredos [1985].
Bueno, Gustavo (1996), *El sentido de la vida. Seis lecturas de filosofía moral*, 1ª ed. Oviedo, Pentalfa.
Bueno, Gustavo (1981/1982), «Psicoanalistas y epicúreos. Ensayo de introducción del concepto antropológico de 'heterías soteriológicas'», en *El Basilisco*, 13, pp. 12-39.
Cabanas, Edgar e Illouz, Eva (2019), *Happygracia. Cómo la ciencia y la industria de la felicidad controlan nuestras vidas* (trad. Núria Petit Fontserè), 1ª ed. Barcelona, Paidós.
Callejas Berdonés, María Teresa (2015), *Edición crítica y traducción del Epitoma Rei Militaris de Vegetius, Libros I y II, a la luz de los manuscritos españoles y de los más antiguos testimonios*

- européos. Universidad Complutense de Madrid. <<https://docta.ucm.es/bitstreams/fb7c8613-7042-44ea-8a57-fc68b92c9288/download>>, [4/11/2023]. Tesis doctoral.
- Castro, Ernesto (2020), *Ética, estética y política*, 1ª ed. Barcelona, Arpa.
- Castro, Ernesto (2016), *¿Qué es la estética? Historia del arte (3/27)* [Video 29/09/2016]. YouTube. <<https://www.youtube.com/watch?v=Doi8cI1AugE>>, [14/10/2023].
- Cortina, Adela (2000), *Ética mínima. Introducción a la filosofía práctica*, 6ª ed. Madrid, Tecnos [1986].
- Díaz Fernández, José (2006), «El nuevo romanticismo», en Fundación Santander Central Hispano (ed.), *Prosas*, 1ª ed. Móstoles, Fundación Santander Central Hispano [1930], pp. 339-424, <https://www.cervantesvirtual.com/obra/prosas--1/>, [14/10/2023].
- Ebin, Victoria (1979), *Corps décorés*, 1ª ed. Paris, Editions du Chêne [1979].
- Elgin, Catherine Z. (2017), *True enough*, 1ª ed. Cambridge, MIT Press.
- Gómez, Carlos (2018), «El ámbito de la moralidad: Ética y moral», en Carlos Gómez y Javier Muguerza (eds.), *La aventura de la moralidad. Paradigmas, fronteras y problemas de la Ética*, 1ª ed. Madrid, Alianza editorial, pp. 19-52 [2007].
- Heidegger, Martin (1994), «Construir, habitar, pensar», en Martin Heidegger, *Conferencias y artículos* (trad. Eustaquio Barjau), 1ª ed. Barcelona, Ediciones del Serbal, pp. 127-142 [1951].
- Jaspers, Karl (1967), *Psicología de las concepciones del mundo* (trad. Mariano Marín Casero), 1ª ed. Madrid, Gredos [1960].
- Le Breton, David (2020), *Experiencias del dolor: entre la destrucción y el renacimiento* (trad. Carlos Trosman), 1ª ed. Buenos Aires, Topía [2010].
- Le Breton, David (2002), *Signes d'identité. Tatouages, piercings et autres marques corporelles*, 1ª ed. Paris, Métailié.
- Le Breton, David (1997), *Antropología del cuerpo y modernidad* (trad. Paula Mahler), 1ª ed. Buenos Aires, Nueva Visión [1990].
- Lévi-Strauss, Claude (2017), *Tristes trópicos* (trad. Noelia Bastard), 1ª ed. Barcelona, Austral [1955].
- López Aranguren, José Luis (1997), *Ética*, 1ª ed. Madrid, Editorial Biblioteca Nueva.
- Marqués de Sade (2023), *La filosofía en el tocador* (trad. Ricardo Pochtar), 1ª ed. Barcelona, Austral, [1795].
- Ortega y Gasset, José (2014), «En torno al “Coloquio de Darmstadt, 1951”», en José Ortega y Gasset, *Ensimismamiento y alteración. Meditación de la técnica y otros ensayos*, 1ª ed. Madrid, Alianza, pp. 184-206 [1952].
- Ortega y Gasset, José (2016), *El hombre y la gente*, 1ª ed. Madrid, Biblioteca Nueva [1957].
- Pérez-Álvarez, Marino (2023), *El individuo flotante. La muchedumbre solitaria en los tiempos de las redes sociales*, 1ª ed. Barcelona, Deusto.
- Peterson, Jordan B. (2021), *Más allá del orden: 12 nuevas reglas para vivir* (trad. Judit Sirvent Almenar), 1ª ed. Barcelona, Planeta.
- Peterson, Jordan B. (2018), *12 reglas para vivir. Un antídoto al caos* (trad. Juan Ruiz Herrero), 1ª ed. Barcelona, Planeta.
- Ricoeur, Paul (2019), «Ética y moral», en Carlos Gómez (ed.), *Ética. Doce textos fundamentales del siglo XX* (trad. Carlos Gómez), 2ª ed. Madrid, Alianza, pp. 289-307 [1990].
- Sacher-Masoch, Leopold von (2016), *La Venus de las pieles* (trad. Elisa Martínez Salazar), 1ª ed. Madrid, Sexto Piso [1870].
- San Martín, Javier (2020), *Antropología Filosófica II. Vida humana, persona y cultura*, 1ª ed. Madrid, UNED [2015].

- Sánchez González, José Carlos (2005), «Estética y constructivismo: filogenia, historia y vida humana», en *Estudios de Psicología*, 26 (2), pp. 173-193 <<https://doi.org/10.1174/0210939054024948>>, [04/11/2023].
- Sánchez González, José Carlos (2009), «Función y génesis. La idea de función en psicología y la especificidad del constructivismo», en *Estudios de Psicología*, 30 (2), pp. 131-149 <<https://doi.org/10.1174/021093909788347073>>, [04/11/2023].
- Spinoza, Baruch (2020), *Ética* (trad. Vidal Peña), 3ª ed. Madrid, Alianza [1677].

