

QUIASMA: SOBRE LA PSIQUIS Y LA TERAPIA

Lic. ANDRES SANCHEZ BODAS

Veo la psiquis humana como un telar, una constitución de texturas, entremezcladas. A veces esas texturas, son visibles, otras veces, invisibles, siempre en función de las percepciones y vivencias.

Esto es lo que denomino quiasma. Término que le debo y extraigo de los escritos de mi admirado Maurice Merleau Ponty¹.

Desde esta idea observo que: todo lo que somos, está allí y aquí, en un quiasma, en punto de cruce. Esto es, una urdimbre, una entrama, un telar, donde todo está aquí, en la carne/alma, en el cuerpo que nos integra.

Un modelo de percibir que se aleja de todo dualismo y transita a pensarnos, como un cuerpo, una carne, que por sus características genera una instancia, una vivencia, una experiencia, una posibilidad perceptiva que nos permite darnos cuenta del “mí mismo”.

Este acontecimiento, propio de la evolución, genera la posibilidad de saberse y poder elegirse. Un saber, un conocer, desde el cual el organismo, como un todo, se hace cargo y desde allí emergen todas sus conductas y comportamientos.

Percibimos porque somos un cuerpo que comenzó cuando los gametos de nuestros padres se unieron. Un cuerpo en otro cuerpo, cuerpo en sí en desarrollo, con su general manera de sentir, en tanto cuerpo humano. Carne con todos, carne propia en tanto ADN, que nos ligará con la cosa que es el mundo, el cual nos precede, que será en y con nosotros, en tanto está allí y aquí. Carne, huesos y fluidos, de similitudes ineludibles, con todos los que somos mamíferos humanos, con modalidades sensoriales y motrices similares, comunes a la especie que somos y que nos hace sentir, razonar e imaginar. Cualidades que se irán desplegando en el contacto, en la entrama cosa-mundo-nosotros, siendo seres biológicos, sociológicos, psicológicos y espirituales.

¹ Merleau Ponty, Maurice (1908-1961): filósofo fenomenólogo francés.

Somos seres relacionales que hacemos centro, como dije, quiasma de la cuaternidad que nos constituye, sin un orden de importancia, todo junto, al mismo tiempo, tiempo de vida presente, todo el tiempo.

Tiempo qué con el acontecer del lenguaje, transitará hacia preguntas:

- a- ¿por qué aquí?
- b- ¿por qué yo?
- c- ¿por qué hay algo y no la nada?
- d- ¿por qué sé de mí mismo?
- e- ¿por qué sé que me voy a morir?
- f- ¿por qué tengo un tiempo aquí?
- g- ¿qué es el otro?
- h- ¿qué es el mundo?

Los cuestionamientos que han generado las religiones, las filosofías y las ciencias en todos los tiempos.

Respuestas que son enigmas que hacen ser lo humano: un misterio.

Lo que sí sabemos, desde el inicio, es que somos seres que nos contactamos, y como mundo fetal que empezamos a vivir, estamos allí, pre- reflexivamente, pre-conceptualmente, pre-lingüístico.

Desplegamos la biología, que nos constituye, crecemos, nos pasan cosas que el cuerpo registra, en sus distintos momentos evolutivos que van sumando vivencias.

Un día nacemos, y ese cuerpo sensible, nos entrama con la cosa que luego nominaremos como mundo, con todos los ingredientes, luces, sombras, colores, sonidos, olores, otros cuerpos, sensaciones que gratifican, otras que disgustan.

Nos acercamos a las que nos agradan, nos alejamos de las que nos causan displacer. A esto lo denominamos sabiduría organísmica, un “conocer” que lo procuran nuestros sentidos corporales.

Vamos conociendo ese mundo en el cual conviviremos, apropiándonos de lo que nos hace bien y mal, a veces dándonos cuenta y otras si proponémoslo.

Estamos aquí y allí, con las cosas, con los entes, de lo cual empezamos a pre-percibir. Aunque todavía nos falta nombrarlas, nos falta que nos digan cómo nombrarlas, ya sabemos de qué se tratan.

Este saber, pre-conceptual, pre-racional, pre-reflexivo, constituido en forma vincular “en y con” el mundo, entrelaza todas las variables, menos una, por ahora, el lenguaje reflexivo o secundario.

A este previo saber, le he puesto un nombre: *Mismidad*. Palabra que refiere a lo que somos, al ser que somos siendo, en el espacio de lo pre-reflexivo, que metafóricamente distingo como lenguaje propio, lenguaje auténtico, de otro lenguaje reflexivo o secundario.

Nos pasa que ya hemos visto y tenido la experiencia de una silla, una mesa, un perro, un gato, un almohadón, una cucharita, o un alimento.

Además, como somos mamíferos, hacemos “imprinting”², reconocemos datos que nos hacen saber de un semejante.

Atendemos los sonidos que nos emiten, sumados a ciertos gestos que indican que eso, que ya conocemos, tiene determinada vibración sonora.

Vibración que sentimos y un día empiezan a salir por nuestra boca, luego sabremos que salen porque estamos dotados neurológicamente para hacerlo y tenemos un “aparato” de fonación constituido para ello.

Escuchamos sonidos agradables y que cuando decidimos que salgan de nosotros, nos tocan y se acercan, de una manera sumamente placentera.

Vamos aprendiendo a hablar, a usar lo que se llama lenguaje verbal, instancia que va siendo de a poco “un todavía que no sabemos de qué se trata”. Cada vez que nos sorprendemos emitiendo y repitiendo un sonido, vamos viendo que siempre refiere a “un algo”: mamá, papá, silla, mesa, puerta, almohadón, perro, gato.

Ese escuchar es acompañado de gestos que se refieren a nosotros mismos.

Una vibración que penetra, de manera distinta, es lo que luego conoceremos reflexivamente como nuestro nombre.

Ya lo sabíamos, ya estábamos en el mundo, ya éramos mismidad en sí misma.

² “Imprinting”. Término acuñado por Konrad Lorenz (Premio Nobel de Medicina 1973) que se refiere a una forma de aprendizaje en la que un animal en una fase muy temprana de su vida crea apego con el primer objeto que ve, escucha o toca, que puede ser uno de los padres, o bien sustitutos de ellos.

El lenguaje reflexivo, cuando se va instalando, nos permite pensar/simbolizar y al ir nombrando darle realidad compartida, instancia vital, a la que se le ha puesto el nombre de socialización.

Algo más se nos impone: empezar a nominar las imágenes que podíamos ver sin que estén presentes, a eso se le llama imaginación.

Ya imaginábamos, ya soñábamos, ya veíamos con imágenes lo no presente, ya sabíamos que eso que veíamos no estaba ahí, sólido ante nosotros, estaba en otro lado, en un lado que a veces nos gustaba ver y otras nos asustaba.

Ya teníamos lenguaje propio, desde el cual expresábamos nuestra experiencia, ahora se nos impone el social reflexivo, la “lengua materna”, tal como se la denomina, no porque si, obviamente.

Empezamos a razonar, a ponerle nombres a lo que nos pasa con lo que nos pasa. Entramos en los procesos reflexivos, de los cuales somos conscientes, y cuando razonamos, pensamos, decimos, lo hacemos sabiendo a qué nos referimos. Le decimos silla, a aquella cosa que ya conocíamos por haberla experimentado.

El conocer pre-reflexivo se va haciendo reflexivo, de conciencia “en sí” se va haciendo conciencia “para sí” y se instala en un punto intermedio. Conciencia que se intenciona y se despliega relacionalmente en la urdimbre real-cosa-mundo-yo y viceversa.

Teníamos el saber que éramos Ser, y empezamos a darnos cuenta, como dijimos, de ciertos sonidos referidos a nosotros, ahí se va haciendo nuestro nombre, nuestra supuesta identidad.

Dejamos de auto-referirnos en tercera persona y empezamos a hacerlo en la primera persona del singular.

Antes éramos EL/Ella, y decíamos nene/a quiere, él/ella quiere, ahora nos hacemos YO, y decimos yo quiero.

Nuestra Mismidad era “ellica”, corporal, pre-reflexiva, experiencial, precisa en su sabiduría orgánica, que indudablemente nos revela sin maquillajes lo que es bueno o malo para nosotros

Un día sabemos que tenemos nombre, yoicidad emergente del lenguaje social, personaje siendo en los otros, emociones primarias que se hacen sentimientos y conductas influidas, por la interacción trans-subjetiva.

Transitamos nuestro devenir existencial, en esa entrama, haciéndose cada vez más compleja en los vínculos, que vamos y nos van co-constituyendo, en los saberes reflexivos que vamos integrando.

Somos seres en y con el mundo, un nosotros - vosotros - ellos, en concordancia, con el tipo de relación que podamos establecer.

Nuestra mismidad esencial es incluida y se incluye en la yoicidad existencial, y siguen juntas, ahora siendo un todo que se auto-constituye en la experiencia. Lo experiencial que implica, incorpora y segrega, haciéndonos personas.

Somos seres relacionales experienciales, integrados al todo, demarcándonos de las cosas, desde el cuerpo que nos porta y portamos, y desde allí nos con-portamos.

Vamos aprendiendo a significar simbólicamente lo vivido.

Nos vamos individuando, yendo hacia un Yo. Vivencia que refiere a la reflexión sobre sí mismo, sobre “el nosotros”, por sobre el nombre que nos imponen al nacer y que nos otorgará una identidad que nos acompañará por siempre.

Somos el Yo que nos instala en un quiebre, en una falla, en el sentido de hendidura y como tal separa, irrumpe la “limpia” mismidad que éramos, la transforma, nos intermedia.

Extraña paradoja donde el “otro nosotros” (la nostridad), nos es imprescindible y si bien nos hace humanos, también nos aleja y acerca.

Paradoja desde la cual creamos, amamos, producimos artefactos, hacemos la cultura y lo social.

Falla en el sistema ecológico, falla que nos altera, nos coloca saberes yoicos sobre vivencias mísmicas, razonamientos conceptuales, sobre la intuición y sabiduría natural con la cual nacimos, que heredamos de la evolución de nuestra especie. En esa falla se instala un supuesto saber sobre sí, que nos con-porta y nos hace con-partir.

Nuestra mismidad, en tanto *Es*, va siendo entramada en y con el lenguaje que se hace el Yo, generando así, un espacio intermedio desde el cual transitamos quienes somos siendo quienes somos.

Urdimbre, quiasma con posibles escotomas en ella. Quiebres que dificultan; traumas y/o situaciones vividas “olvidadas” por el dolor que implicaron; condiciones

que se nos han impuesto y nos perturban; cuestiones no “visibles, pero que son y están en la carne que somos, en un dedo del pie, en las vísceras y en el cerebro que elige donde ubicarlo en nuestra mente. Todo está aquí.

Todo es en el hoy, en planos de contexto vivencial distintos, si bien más cerca o más lejos de lo que sabemos de nosotros mismos, están aquí, presentes en cada presente que vivimos.

Presente que ensambla quiasmáticamente lo ya vivido, con este hoy proyectado hacia lo imaginado mañana.

Imaginado mañana, futuro posible, en tanto un sistema nervioso, que hace eje, en una constitución cerebral humana. Este sistema tiene una cualidad diferencial con el resto de los seres vivos: una entrama neuronal, que con sus redes de intercambio, posibilita la aparición de la noción de sí mismo. Esta consciencia de sí nos permite darnos cuenta de que lo que sentimos, y que lo sentimos desde el “sí mismo”, auto-reconociéndonos. Por este mecanismo somos los únicos mamíferos que podemos proyectarnos simbólicamente hacia lo que consideramos vendrá.

Al ser Yo y a empezar a adquirir esta autoconsciencia, nos constituimos como seres hablados y nos hacemos meta-estables. Quedamos en un punto intermedio, entre lo natural de lo mamífero de base (cuerpo, organismo emocional que nos impulsa) y lo potencial desplegado (también desde el cuerpo humano que somos) donde el lenguaje es lo no natural de lo natural.

Imaginamos, nos emocionamos y significamos, dando valoración a las emociones, y nos hacemos seres sentimentales.

Seres sentimentales que circulamos un estadio intermedio entre la emoción y la razón, y que al unirlos lo llamamos sentimientos.

Emoción, razón, sentimientos, tres cualidades con las que “funcionamos” al unísono, dependiendo de las vivencias que vayamos atravesando.

Nos sabemos recursivos, no lineales, “texturados” como una tela de múltiples facetas que hacen al supuesto uno que somos, y es así que:

- 1- Somos quiasmáticos, cruce de múltiples variables.
- 2- Variables que al entramarse en nuestro desarrollo vital, desde su multiplicidad impregnan lo que nos hace ser y por ello dejan de ser lo que eran para hacernos ser lo que somos.

- 3- Lo que somos está allí, en la mismidad, la yoicidad y la nostridad, constituyendo nuestra totalidad experiencial.
- 4- Un todo que fluye vitalmente, que es consciencia que transita en la experiencia.
- 5- Experiencia que vivimos en la cual, no hay nada oculto ni nada a la vista, nada que des-cubrir, todo está allí en acción de vida, en ese telar que somos en tanto hacemos la propia tela que nos porta.

Por ello:

Una terapia psi, tal como sostengo, no está basada en la búsqueda de una causa de lo que le pasa a nuestros consultantes ni de lo que se denomina inconsciente. Concepto, este último, que ha sido muy útil, para referir a aquello que no sabemos de nosotros mismos y nos influye.

Sin embargo, hoy puedo y me animo a cuestionar esa manera de pensar acerca de que hay algo más “abajo”, o más “arriba”, o más “atrás” o más “profundo”, al cual hay que, inevitablemente, acceder para facilitar una terapia más adecuada y duradera en sus transformaciones.

No hay profundidad, hay entrama. Aquello que percibimos oculto, no consciente, lo está por un mecanismo de nuestro cerebro, que por decirlo de alguna manera, aleja del “aquí y ahora” determinados sucesos. Sería incompatible con una vida psíquica saludable que tuviéramos presente todas las experiencias, sentimientos, vivencias, aprendizajes, que vamos acumulando en la vida. Pero todo está allí, en las redes o cognitos -como algunos le llaman-, disponible y muchas veces influyendo sin que reparemos en ello.

Dicho de otra manera, somos como un telar en donde todo se entrelaza. Aquello que se llamaba lo más profundo, lo inconsciente es parte de esa trama, a veces más visible, a veces más invisible, pero allí está, a la vista del que lo quiera ver.

Hay que meterse en el telar y favorecer la exploración de ese entramado, abrir la percepción. El organismo dejado en libertad, sabiendo como preservarse en su ser, busca el hilado más conveniente y oportuno para adecuarse y adaptarse a sus circunstancias vitales.

Es así que no buscamos nada en lo oculto, en un no sé dónde. Porque en tanto si lo hubiera, al des-ocultarlo, no se tratará de lo mismo que estaba oculto, sino de una interpretación sobre aquello.

No será, entonces, el tejido/hilado que es, sino lo que se menciona desde un afuera interpretador, desde un profesional que se supone que sabe más sobre la persona que asiste, que la persona dueña de lo oculto.

Es por eso que dejamos de pensar y actuar con la idea de que las personas ocultan. Dejamos la “cultura terapéutica” de la sospecha.

Dejamos, cuando nos piden ayuda terapéutica, fluir la conciencia.

En una atmósfera de contención y confianza, facilitamos que el que consulta describa, nos cuente, hable sin inhibiciones.

En esa atmósfera relacional, esa persona, va a tener la posibilidad de, que no quieren ver aquello que no los deja ser lo que desean, que se defienden, o que se reprimen.

destrabarse y es, en ese des-trabe, cuando el organismo- con su conatus, va a encontrar su propia salida.

Por ello, las personas que de esta manera asistimos, cambian y se transforman, porque encuentran un espacio contenedor, donde se les escucha y se permite relatar lo que les pasa.

Descripción fenomenológica, que como tal no se altera con intervenciones que desvían su camino de exploración, sino que acompañan- como compañeros de ruta- ese caminar, escucharlo, sintonizando su experimentar.

Si facilitamos ese relatar y el auto-acercarse a la mismidad, y logramos escuchar la descripción, chequearla y transmitir esa escucha, en un relato que se apoye en una comunicación profunda, el Ser va a ir revelando su sentido deseante. Y es esta revelación, la clave para que la persona pueda transitar más plenamente su existencia. Dejamos hablar al cuerpo, con su lenguaje propio/auténtico, y podemos

Nota: Ensayo 2 del libro del autor: “QUIASMA- Metapsicología de mi posición terapéutica”- Editorial LEA - 2016