

# QUIASMA

*Metapsicología de mi posición terapéutica*



Andrés Sánchez Bodas

y colaboradores



## **INDICE**

Prólogo, por Ezequiel Russo.....	
Introducción del autor: “Ante todo que me inspira”.....	
Análisis preliminar de la obra, por José Gómez Laumann.....	
Ensayo 1: “ <i>Anaqueles terapéuticos</i> ”.....	
Ensayo 2: “ <i>Quiasma- sobre la psique y la terapia</i> ”.....	
Ensayo 3: “ <i>Sobre el desear</i> ”.....	
Ensayo 4: “ <i>Metapsicología de mi posición terapéutica</i> ”.....	
Ensayo 5: “ <i>Las intervenciones terapéuticas</i> ”.....	
Ensayo 6: “ <i>La sesión única</i> ”.....	
<u>Apéndices:</u>	
1- De la consciencia en sí misma a la consciencia para sí mismo.....	
2- De la tendencia actualizante a la tendencia autoactualizante.....	
3- Empatía vincular- confluencias de consciencias- encuentro terapéutico.....	
4- La importancia de un mito fundante: psique y eros.....	
5- Quiasma y no-directividad	
Epilogo por María Reyes.....	
Curriculum Vitae del autor y colaboradores.....	
Bibliografía General Consultada .....	

[Escriba aquí]

Los Editores

## **PROLOGO**

Prologar un libro es siempre una tarea maravillosa. Ahora, cuando el autor es el principal referente de la disciplina que presenta el texto, es un gran privilegio. Si a ello le agregamos que éste es un entrañable amigo, la satisfacción es doblemente enriquecedora.

Andrés Sánchez Bodas es quiasma. Él tiene un modo particular de ser y de estar en el mundo. No sólo como terapeuta, no sólo como docente, no sólo como pensador o emprendedor. Su persona misma es integración. Su modo de ver, su manera de responder, están firmadas con la tinta del holismo y la búsqueda de relaciones de ayuda - formales e informales - que sean verdaderamente facilitadoras.

*Quiasma* nace de más de cuarenta años de búsquedas personales y profesionales. Este libro es la resultante quiasmática de ambas.

*Andrés es humanista, el libro también.*

*Andrés es existencialista, el libro también.*

*Andrés es fenomenológico, el libro también.*

*Andrés es complejamente maravilloso, el libro también.*

*Quiasma* es el resultado de charlas, de conferencias, de encuentros y desencuentros, de los cuales tengo el privilegio de formar parte de algunos de ellos.

En este libro, mi amigo se arriesga, se completa el mismo y se permite cuestionar-se. Se cuestiona la efectividad, la universalidad, la dualidad y la totalidad. Se cuestiona la existencia.

Aquí hay lugar para ateos, agnósticos y creyentes: en Dios, la Vida, el Universo, la Naturaleza, la Fe, la Espiritualidad y a quienes nos encaminamos hacia el encuentro desde la nostridad.

[Escriba aquí]

Más allá del punto de encuentro, no hay ni una mínima posibilidad de renunciar al eje que atraviesa su espíritu profesional. Andrés no quiere y no puede dejar de lado el mayor legado aprehendido de su mentor: la no-directividad de Carl Rogers, desde donde ve al mundo y a las personas, seamos estas amigos, familiares, alumnos o consultantes.

Jamás olvidaré aquellas “*Conversaciones con Andrés Sánchez Bodas*”, clases maestras en las que me permitió ser su entrevistador. Creo que por primera vez los allí presentes pudieron escuchar sus anhelos, sus cuestionamientos, sus búsquedas y esa gran capacidad de, como dijera el filósofo y pensador, San Pablo: “Observar todo y retener lo bueno” y en este caso, de cada autor de la historia de la psicología, de todos y cada uno de los cuales, según sus palabras “*Siempre tengo algo que aprender*”.

De esa capacidad de ver la potencialidad de cada pensador, por la humildad de no confrontar con ellos sino de comprenderlos empáticamente, nace este libro apasionante para los que buscamos una manera de ayudar que no compartimente ni recorte desde una sola mirada, con intervenciones amorosas, seamos psicoterapeutas, counselors, médicos, docentes, miembros de una pastoral u otros profesionales de la ayuda. Todos tenemos la posibilidad de ser quiasmáticos.

Sánchez Bodas - ¡cómo me cuesta llamar al amigo!- nos invita a dejar de lado el miedo a perder identidad y asumirla desde la firme convicción de que los recortes psicológicos son sólo eso: porciones de la compleja realidad. Cada uno de ellos pueden describir aspectos de una totalidad que merece ser comprendida y acompañada.

Si de teorías de personalidad en algo se trata el proceso terapéutico, tal vez sea la idea de psiquis como punto de cruce, aquella que a la hora de pensar en el sufrimiento humano, más se acerque a lo que entiendo como un proceso de Counseling.

Esta mirada se aleja del determinismo topográfico que afirma que hay “*algo por sobre algo otro*” que, al mismo tiempo, en el último “*otro*” se encuentra el reservorio de pulsiones inconfesables de carácter sexual. El dualismo cartesiano cuerpo/mente se corre para dar paso a un cuerpo que integra, una

[Escriba aquí]

mirada que trasciende aún a lo organísmico, un cuerpo que es universo y es uno con él. Esas múltiples variables que nos hacen individuos están disponibles en el universo y, por lo tanto, asequibles al momento del encuentro.

No somos, estamos siendo. Polarizar es abstraer lo uno versus lo otro. Lo consciente vs lo inconsciente, el deseo versus la necesidad, la creación versus la evolución. La mirada, la postura quiasmática es su punto de cruce en la vida y en el encuentro. Ya no es “esto” o “aquello”. Suma, no resta. Multiplica, no divide.

De esto se trata *Quiasma*. De esto está constituido el autor.

Estoy convencido de que *Este Libro* es integración del Universo, de la Vida, de Dios por y para el proceso terapéutico, por y para la vida ya que, según las propias palabras de Andrés:

*“Somos una entrama, un quiasma, que fluye y se muestra en la interacción individuo/mundo como una totalidad resultante de múltiples variables que se hacen uno en la persona/individuo en constitución permanente”*

*Gracias Licenciado Sánchez Bodas,*

*Gracias profesor, escritor y pensador,*

*Gracias querido amigo.*

*Gracias por todo. Gracias por algo. Gracias por convocarnos a la hermosa tarea de percibir, atender y conocer, pero sobre todo, de animarnos a ser en el camino del encuentro, en una verdadera mirada quiasmática para estar presente.*

*Bienvenido querido lector. Nos desafío a integrar- nos.*

*Nos desafío a ser “Quiasma”.*

*Clor. Ezequiel Russo*

## **INTRODUCCIÓN DEL AUTOR**

### ***Antes que todo: Qué me inspira***

*“... cada criatura, en la medida que puede por su propio poder, se esfuerza para preservar en su ser”, “y el empeño mediante el cual cada criatura se esfuerza para preservar en su ser no es otra cosa que la esencia real de la criatura”*

Así define el filósofo Baruch Spinoza <sup>1</sup> el concepto de “*conatus*”.

Conatus, refiere a la idea de que todo organismo vivo posee esa tendencia o pulsión que lo impulsa hacia la vida, y lo ayuda a estar íntegro e integrado. Esta palabra deriva del verbo latino “conor-conari” que literalmente significa que el organismo se prepara para hacer algo, para una acción que pone en juego la potencia de cada individuo vivo, entre ellos estamos nosotros, los humanos.

Toda mi obra parte de esa idea. Toda mi tarea concreta va en ese camino, en el de saber que lo que uno es existiendo, remite al modo en cada uno hace lo que hace, siente lo que siente, en función del cómo expresa su potencia para preservarse. Ese modo es, lo que algunos teóricos denominan identidad, otros hablan de modos de ser en el mundo, alguno le llama “propium”, yo elijo nominarlo “mismidad”.

Siglos después, otro autor, Carl Rogers, psicólogo y counselor norteamericano, nos legó el modelo “Person Centered Approach”<sup>2</sup>, que me permitió encauzar esta “filosofía de vida”, en mi ser y como un profesional de la ayuda psicológica.

Veamos la coincidencia de conceptos, de su último libro, traducido como “El camino del Ser”<sup>3</sup>:

*“La conducta de todo organismo tendrá como objeto su mantenimiento, mejora y reproducción”. “Sólo la presencia o ausencia de este proceso direccional en su conjunto nos permite determinar si un organismo está vivo o muerto”. “La*

---

<sup>1</sup> Baruch Spinoza (1632-1677), del libro “Ética”, parte III, proposiciones 6,7, y 8.

<sup>2</sup> Carl Rogers (1902-1987), en español “Enfoque Centrado en la Persona”

<sup>3</sup> Idem, el original en inglés “A way of being”, New York, 1980

[Escriba aquí]

*tendencia a la actualización puede ser desbaratada o retorcida, pero no puede ser destruida sin destruir al organismo”. “Parece haber una tendencia formativa en el universo”. “Esta tendencia que Szent Giorgi<sup>4</sup> denomina sintropía y Lancelot Whyte<sup>5</sup> llama tendencia mórfica, consiste en una propensión permanente hacia un orden creciente y una compleja capacidad de interrelación, tan evidentemente, inorgánico como orgánico. El universo construye y crea permanentemente, además de deteriorar”*

Con estas líneas Carl Rogers definía la Tendencia Actualizante, Direccional y Formativa que poseemos por el hecho de estar vivos.

Nuestra tarea, como personas, como padres, hijos, pareja, amigos, docentes, políticos, y terapeutas - este último es el caso desde el cual escribo este libro -, es generar espacios de escucha y relación que permita que (tanto lo llamemos “conatus” y se exprese hacia una adecuada preservación del ser, o tendencia actualizante, que con la simbolización humana se transforma en auto actualizante) el rol profesional facilite una adecuada re-percepción, abriendo el juego hacia un existir más pleno. Sabemos que, según Gilles Deleuze, el pensamiento tiene que apuntar a multiplicar los modos de subjetivación, y estos modos implican operaciones del pensar, desde las cuales los individuos y los grupos humanos constituyen sus propios modelos de vida, al margen de los poderes y saberes establecidos. Es de esta posición que pretendo continuar desplegando nuevos aportes a mi pensar la terapia “psi.

Entiendo por esta última, todo modo de ayuda interpersonal que apunte a la resolución de los problemas existenciales. Modo de ayuda que, facilitando el autoconocimiento, produzca una reconfiguración perceptual, desde la cual la persona consultante se sienta más libre de elegir su vida. De esta manera, se espera que pueda liberarse de las trabas que hasta entonces, le dificultaban su diario vivir.

Hace tiempo he construido un modelo que vengo expresando en varios de mis textos anteriores. Lo que aquí pretendo es hacer síntesis de intenciones, que emergen de una praxis que fluye y abre otros modos de mirar lo que pienso y hago. El sentido de su título alude a ese devenir que comenzó a expresarse en y

---

<sup>4</sup> Szent Giorgi, (1893 – 1986). Fisiólogo húngaro. Premio Nobel de Medicina en 1937.

<sup>5</sup> Lancelot Whyte, (1896 – 1972). Financiero escocés e ingeniero industrial. Afirmó haber trabajado con A. Einstein en la “teoría del campo unificado”.

[Escriba aquí]

desde el Enfoque Centrado en la Persona, avanzó hacia un Enfoque Holístico y que hoy apunta, con énfasis, hacia la descripción fenomenológica en y desde la cual se impone una mirada del “quiasma relacional”. Esto es, punto de cruce de múltiples variables, que acontece en el desarrollo de la vida en general, y de lo humano en particular, en este caso, desde mi rol en el encuentro terapéutico.

Es así, que lo he formulado como una serie de breves ensayos que deseo se entremen y vayan encaminando hacia un cierre, donde lo metodológico de lo que hacemos cuando asistimos, sea un resultado abierto, integrativo y coherente, con el contexto de todo lo expuesto anteriormente.

Es probable que el lector se encuentre con distintas formas de expresar como pienso y actúo profesionalmente, e incluso en algunos me repita. Aclaro dos cosas: una que cada ensayo es un texto en sí mismo, que puede leerse por separado según la intención del que aborde el texto; otra, que es y ha sido siempre mi idea de que mis escritos generen aperturas del pensar- por ello son recursivos- y que de esa manera se capte el “espíritu de la letra”.

Desde allí se pronuncia una forma de asistir, que en tanto holística integrativa, se refuerza con lo relacional y la escucha centrada en el “estar presente”, tal como ha sido el título de mi primer libro autónomo.

En esta oportunidad, cuento con el aporte de colaboradores, al inicio del Counselor y Licenciado en Psicología José Gómez Laumann, el cual nos ofrece un análisis muy profundo y meticuloso de mi obra en general y del libro en particular. Leerlo me produjo una extraña vivencia, el de poder reconocirme en una trayectoria de autores y conceptos desde la mirada de un colega que, así como identificar una serie de nominaciones de mi modalidad de pensar la ayuda, que pueden esclarecer al lector acerca de mi posición como terapeuta. Y luego del texto, de los ensayos y apéndices, y como cierre, la Counselor Maria Reyes, nos brinda un epílogo epistemológico entramado con la profesión que ejerce.

A su vez, agradezco el amable y entusiasta prólogo del Counselor Ezequiel Russo, y deseo que el texto sirva para seguir abriendo el juego, hacia ser terapeutas más eficientes y sobre todo mejores personas.

Dedico este libro a mi maestro el Profesor Manuel Artiles.



## ANÁLISIS PRELIMINAR DE LA OBRA DE ANDRES SANCHEZ BODAS

*Por Lic. Clor. José Gómez Laumann*

Cuando Andres Sánchez Bodas me invita a participar en esta obra, viene a mí una conversación que tuve con él en julio de 2015, durante una jornada pedagógica en *HOLOS SANCHEZ BODAS sede San Isidro*. En ella le sugería que escribiera sobre los fundamentos de algunos de los conceptos que utiliza, para mayor claridad de sus lectores. Precisamente esa sugerencia motivó a Andrés para convocarme. Luego de la primera lectura de la obra he decidido que mi contribución refleje mis propias notas de lectura, aunque sólo algunas de ellas, ampliadas y enriquecidas. Allí surgen asociaciones mías a los conceptos leídos, preguntas abiertas, definiciones que encuentro de términos claves e incluso apuntes de lectura de otros textos necesarios para comprender o acercarme al que está en curso. Mi objetivo es compartir mi propio mapa de ruta para acompañar la lectura, a quien lo quiera. No pretendo hacer un glosario de los conceptos del autor ni una interpretación de la obra (aunque sé que es imposible no interpretar), ni tampoco deseo reemplazar el sentido que le da a sus términos con mis referencias. De las notas sólo elegí organizar y profundizar algunos ejes que representan, a mi juicio, algunas de las trazas más poderosas del pensamiento de Andrés Sánchez Bodas, en términos del carácter generativo que poseen. Es decir, “abrir el juego” de la reflexión y de nuevos senderos en la praxis de la relación de ayuda. Este texto está organizado en una introducción, los ensayos y los apéndices. En todos entiendo que se da la presencia de ejes conceptuales que los hilvanan aunque en cada una de esas partes se presente un énfasis particular en algunos temas vinculados a dichos ejes. Ya en la Introducción nos anuncia su *posición política*, en los términos que la define Gareth Morgan<sup>6</sup>:

---

<sup>6</sup> La política es “[...] la manera de encontrar orden y dirección entre gente con diferentes potenciales y conflicto de intereses [...]”. En Morgan, G. (1998) *Imágenes de la organización*. México DF: Alfaomega. P 128.

[Escriba aquí]

*“Nuestra tarea como personas, como padres, hijos, pareja, amigos, docentes, políticos y terapeutas [...] es generar espacios de escucha y relación que permita que tanto lo llamemos ‘conatus’ [...] se exprese hacia una adecuada preservación del ser, o tendencia actualizante, [...] abriendo el juego hacia un existir más pleno” (p. 2)*

Entiendo que este llamado que impregna todo el texto, va más allá de lo que significa una relación de ayuda profesional. Contiene en él una serie de definiciones claves para posicionarse frente a las relaciones cotidianas así como constituir una visión del rol de los sistemas sociales: ¿acaso cada uno de nosotros no se esfuerza, no posee la voluntad y el apetito en perseverar en su ser, en forjarse una existencia más plena? Tal vez el autor nos esté invitando a una forma de encontrarnos, una forma de encuentro, un hacer política en cada encuentro con el otro, también a la manera de pensar la política de Hannah Arendt<sup>7</sup>. Por otro lado juzgo que esta posición política podría asimilarse, en alguna medida, a una postura *ecológica*: un cuidado y un respeto, si se quiere “reverencial”, por el otro (apoyado en la actitud no-directiva), desde una comprensión profunda de la interconexión y la interdependencia en la relación de ayuda. Un aspecto para justificar mi término ecológico para pensar la postura del autor es reconocer el discurso relacionado con el poder que atraviesa el texto: el terapeuta/counselor no se vale de su rol para establecer una jerarquía donde se erija en un “sistema dominador” via *locus* del saber. La postura que Sánchez Bodas permea en su escrito es de una *influencia* orientada a que ambas partes *se produzcan existencialmente entre sí*. Dicho de otro modo, es una postura *en red*, característica de los sistemas auto organizados.

En esta Introducción, el autor, nos comienza a plantear una perspectiva de su enfoque de trabajo, indicándonos que éste avanzó hacia un “[...] *énfasis en la descripción fenomenológica, en y desde la cual se impone una mirada del quiasma relacional* [...]”<sup>8</sup>. Aquí, junto al título, el primer encuentro con *lo quiasmático* en él.

“...el terapeuta, esa otra persona

*que es sólo parcialmente otra persona...”*

Carl Rogers<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> “La política es el arte de vivir juntos los unos con los otros”.

<sup>8</sup> pp 25

<sup>9</sup> Tomado del artículo de Kappel, J. “Del diálogo real al monólogo imaginado”, Congruencia, Revista Argentina del ECP. Año 1, Nº2.

Quiasma es un sustantivo masculino que proviene del griego χίασμα, khiasma que significa disposición cruzada de dos piezas, poner transversalmente (khiasmos) o marcar una x (khiazein)<sup>10</sup>. La palabra proviene de la letra griega Ji o khi que es equivalente a nuestra x. Remite entonces a significados como: cruce, entrecruzamiento, algo que se dispone en forma cruzada, decusación en forma de x, lugar de encuentro de dos tractos. El uso de la palabra quiasma pude encontrarla en el ámbito de la biología para describir el entrecruzamiento de estructuras orgánicas como el *quiasma óptico* o en el ámbito de la retórica como quiasma o *quiasmo*: figura del lenguaje de amplio uso en textos bíblicos.

Sin embargo, y mucho más cerca del pensamiento del autor, entiendo que la noción de quiasma pertenece a la filosofía de Merleau Ponty<sup>11</sup>: el quiasma es una herramienta que le sirve para pensar la superación del *dualismo* cuerpo-mente en su fenomenología<sup>12</sup>. Cuando se habla de dualismo (nótese el sufijo ‘ismo’ en tanto tendencia) se refiere a un *abordaje dicotómico*: pensar la dualidad de aspectos o de elementos en oposición, en exclusión, siendo uno exterior al otro. Las explicaciones de causalidad lineal son dualismos ya que consideran la acción unilateral entre los entes.

La filosofía de Merleau Ponty es una lógica de las relaciones quiasmáticas<sup>13</sup>: las partes no forman una oposición sino una *unidad en proceso*, en devenir. Ya no se piensan los elementos por separado ni tampoco desde una unidad que los trasciende<sup>14</sup>, ni tampoco desde una reunificación dialéctica (confrontación de opuestos, tesis y antítesis, para lograr una síntesis superadora). Se los piensa desde el entrecruzamiento, el *entre*, lo que hay en el punto de cruce entre ambos, el ser intermedio. Así la lógica de las relaciones quiasmáticas pone a la relación en el rango de ser.

Si el dualismo implica exclusión, disociación, oposición, exterioridad, causalidad mecánica (lineal), la relación quiasmática implica reciprocidad,

---

<sup>10</sup> Roberts, E. (2014) A Comprehensive Etymological Dictionary of the Spanish Language with Families of Words based on Indo-European Roots: Volume II (H - Z and Appendix). Bloomington: Xlibris Corporation.

<sup>11</sup> Maurice Merleau Ponty (1908-1961) fue un filósofo francés fuertemente influido por Edmund Husserl.

<sup>12</sup> Ramirez, T. (2013). La filosofía del quiasmo. México: FCE.

<sup>13</sup> Ralón de Walton, Graciela. (2014). La filosofía del quiasmo: Introducción al pensamiento de Merleau-Ponty. *Diánoia*, 59(73), 170-177.

<sup>14</sup> Desde una perspectiva monista existiría un solo principio que subyace al ser.

[Escriba aquí]

complementariedad, reversibilidad, conjunción, sobreposición, encabalgamiento<sup>15</sup>. En una relación quiasmática hay una conjunción de órdenes dispares: percepción/pensamiento, vivencia/razón, percepción/lenguaje, cuerpo/mente, etc. Hay una unidad en proceso entre ambos, “un aquí y allá”, un ser que nace de la relación.

Para entender una relación quiasmática puede ser clave comprender qué significa la experiencia perceptiva desde Merleau Ponty<sup>16</sup>: “*toda conciencia es conciencia perceptiva*”. Ya no es la conciencia de un sujeto abstracto sino de una *conciencia encarnada en un cuerpo*. Cuando se percibe, la percepción une lo privado del sujeto (su cuerpo, su historia, sus pensamientos, emociones) con su apertura al mundo (los objetos, otras personas). Así la percepción requiere de ambas partes.

Volviendo al texto de Sánchez Bodas, éste utiliza el término quiasma para definir conceptos claves de esta etapa de su pensamiento, en tanto nos define a los seres humanos como quiasmáticos, como cruce de múltiples variables. Así esta cualidad quiasmática impregna a la psique como quiasma de texturas, el quiasma de la cuaternidad (la constitución del ser es cuaternaria en tanto cruce de cuatro dimensiones biológica, psicológica, social, espiritual), quiasma de la urdimbre del ser (mismidad, yoicidad y nostridad) entre otras. Entiendo que el texto se nutre del término quiasma como entrecruzamiento, más aún, *punto de cruce*. Y punto de cruce de todos los órdenes diferentes, con todas las relaciones que caracterizan a lo quiasmático. Así quiasma podría ser en la obra una concepción *plurívoca* del ser, esto es, puede comprenderse desde diferentes imágenes, convoca diferentes planos, hay muchas dimensiones que participan de la concreción del ser. Pero no se agota allí.

En su obra de 2009, “*Manifiesto Humanista. Introducción a un nuevo verbo: Nosotrear*”, Sánchez Bodas nos habla del Nosotrear en tanto verbo que da cuenta de una experiencia creativa del encuentro *nosotros* y que al conjugar el Yo nosotreo nos dice:

---

<sup>15</sup> Ralón de Walton, Graciela, op. cit., p. 171

<sup>16</sup> Ralón de Walton, Graciela, op. cit., p. 171

[Escriba aquí]

*“Yo nosotreo: Soy Yo contigo y los otros, siendo la única manera de ser Yo siendo también mí, en donde el espacio vacío de lo invisible es aquel nexo quiasmático que nos permite no perdernos, anudando nuestro ser en una experiencia sensible que da cuenta de una identidad de pensamiento que somos, aunque no sepamos real ni verdaderamente nunca quienes somos en verdad.”<sup>17</sup>*

Así quiasma es el entre, el “espacio vacío de lo invisible del nexo” sobre el cual gira el Nosotrear como espacio donde construimos un lugar en el estar con los otros, construimos una existencia en el cruce de lenguajes<sup>18</sup>.

Una referencia clara del sentido existencial del Nosotrear sanchezbodiano, puede leerse en la referencia rogeriana que incluí previamente y que tan bien ilustra el artículo de la Revista Congruencia de 1987 “*Del diálogo real al monólogo imaginado*”<sup>19</sup> del Dr. Jorge Kappel.

En ese artículo, orientado a mostrar la intervención empática del terapeuta de orientación rogeriana nos dice que para hacerla operativamente, el terapeuta le propone al consultante, una formulación de lo que le está comunicando, que valide lo que dice, que lo comprenda con el objeto de que emerjan sus auténticos significados y pueda re-encontrar al sí mismo extraviado. El reflejo, forma que asume la expresión empática del terapeuta, le aparecerá, a la experiencia del consultante, como un testimonio permanente “de sí mismo” desde el espejo que significa el (intento de) desciframiento que hace el terapeuta de sus significados vivenciados en el aquí y ahora. Sin embargo, Kappel en su artículo propone realizar un ejercicio: leer sólo las intervenciones del terapeuta en el caso de que pudiéramos registrarlas<sup>20</sup> y así obtendríamos un monólogo, un soliloquio<sup>21</sup> de los significados de la experiencia del consultante, que tendrá un grado de coherencia acorde al “experiencing” del terapeuta, esto

---

<sup>17</sup> Sanchez Bodas, A. (2009) Manifiesto humanista. Introducción a un nuevo verbo: Nosotrear. Escritos y Seminarios. Buenos Aires: Ediciones Lea. pp. 94

<sup>18</sup> Sanchez Bodas, Andrés, op. cit., p. 96

<sup>19</sup> Kappel, Jorge, op. cit., p. 7 a 16.

<sup>20</sup> Jorge Kappel utiliza como ejemplo de su propuesta la entrevista de Rogers a Kathy, traducida del film que la registró.

<sup>21</sup> Un soliloquio es un monólogo, un discurso como si quien habla lo hace a sí mismo, una reflexión para sí mismo donde se dan a conocer para sí los sentimientos y pensamientos.

[Escriba aquí]

es la experiencia concreta, dato interior existencial y pre-lógico del terapeuta<sup>22</sup>. Y Kappel luego de dar cuenta del ejercicio dice:

*“...resulta casi imposible por su engarce desglosar las expresiones del terapeuta de las de su interlocutor.”*

Me pregunto: ¿Acaso no hay desde esa perspectiva una relación quiasmática entre counselor y consultante (tal como nos propone Sánchez Bodas)?, ¿a quién le pertenecen las intervenciones del terapeuta o counselor?, ¿a quién las expresiones del consultante? Si un quiasma es una unidad en proceso, ¿qué deberíamos asumir en la consulta psicológica si adoptamos una perspectiva de lo quiasmático? Entiendo que este texto da pistas claras para contestar las preguntas.

En el Ensayo 1 el autor nos invita a “recorrer” los anaqueles del “mercado de las terapias psi”, diferenciando las propuestas existentes. Y allí vuelve a instalarnos en su posición política, esta vez de un modo asequible a quienes no son profesionales de las terapias mencionadas, para clarificar lo que significa enfermedad y lo que significa alma. Lo dicho, ayuda a comprender que *el alma no se enferma*, es la existencia la que clama por dar un significado a las diversas situaciones existenciales<sup>23</sup>, a la manera en que lo hacen las llamadas “neurosis noógenas”, definidas por el psiquiatra vienés Viktor Frank como crisis existenciales.

Es que Sánchez Bodas no ha relegado su afincamiento en el paradigma filosófico desde el cual aborda la relación de ayuda, ni tampoco su posición política señalada anteriormente.

En el Ensayo 2 desarrolla el concepto de quiasma (que amplía luego en el Apéndice1). En particular nos invita a que superemos la mirada de opuestos, mostrándonos cómo surge el ser relacionado, lejos de reduccionismos de causalidad lineal, cómo el quiasma mismidad/yoicidad o la cuestión de la *temporalidad*, cuando nos dice que el “*presente ensambla quiasmáticamente lo ya vivido, con este hoy proyectado hacia lo imaginado mañana*”<sup>24</sup>. Y en

---

<sup>22</sup> Gondra, J. (1978) La psicoterapia de Carl Rogers. Bilbao: Desclée de Brouwer. pp 272-275

<sup>23</sup> Giordani, B. (1998) La relación de ayuda: de Rogers a Carkhuff. Bilbao: Desclée de Brower. p. 23.

<sup>24</sup> pp 52

[Escriba aquí]

particular quiero destacar la concepción de “aparato psíquico”, si se me permite la analogía con el término psicoanalítico, de su definición de psique en tanto entrama de texturas.

Desde una perspectiva freudiana el aparato psíquico puede considerarse un modelo de la organización interna de la psique<sup>25</sup>. La idea de aparato remite a la de tarea y trabajo, hay ciertas funciones que el aparato debe realizar. La noción de aparato psíquico sufrió una evolución en el pensamiento freudiano y mantuvo una estructura estratificada en profundidad: desde una parte superficial a otra “profunda”. *En el texto, Sánchez Bodas, nos aclara que “no hay profundidad, hay entrama”*<sup>26</sup>. ¿Qué nos está tratando de decir en términos de nuestra forma de intervenir en la consulta?, ¿qué nos está diciendo que ocurre en nuestros encuentros<sup>27</sup> con el otro? ¿Será que el *ser* se constituye en el diálogo que *crea* la entrama?, ¿o la entrama ya está ahí y sólo se facilita la exploración? Me inclino por la primera respuesta que expresé en forma de pregunta, en tanto el autor nos señala en el Ensayo 4 que la existencia “*es estar en permanente búsqueda del sentido que hacemos y somos, y que en ese transitar nos vamos haciendo en texturas, en entramas del Ser*”<sup>28</sup>, es decir, la existencia en tanto acto creativo y transformador.

Otra lectura posible de la psique, y entiendo que resuena con las palabras que el autor usa, entrama, entrecruzamiento, urdimbre, es comprenderla desde la noción de *red*.

“[...] la trama de la vida está constituida por redes dentro de redes”  
Fritjof Capra<sup>29</sup>

El concepto de red<sup>30</sup> (del latín rete, malla de hilo para pescar) puede encontrarse en los biólogos organicistas de principios de siglo XX como Charles Elton, quien introdujo la noción de red trófica o cadena trófica para referirse a las

---

<sup>25</sup> Laplanche, J., Pontalis, J. (1993) Diccionario de psicoanálisis. Barcelona: Labor.

<sup>26</sup> pp 53

<sup>27</sup> Encuentro en el sentido buberiano: la relación yo-tú nos constituye.

<sup>28</sup> pp 62

<sup>29</sup> Capra, F. (2003) La trama de la vida. Una nueva perspectiva de los sistemas vivos. Barcelona: Anagrama. p.54.

<sup>30</sup> Red: conjunto de nodos interconectados.

[Escriba aquí]

relaciones nutricionales entre seres vivos como principio organizador de las comunidades biológicas<sup>31</sup>.

La red como interconexión e interdependencia entre nodos (espacio donde confluyen las conexiones) hace hincapié en las relaciones (el todo) más que en las partes, en la pauta que organiza más que en los objetos, en una causalidad circular<sup>32</sup> más que en una causalidad lineal. En las redes existen diferentes jerarquías, que no significan diferencias de poder, sino que los agrupamientos se organizan a su vez en nodos de redes de mayor escala. Por ello existen anidamientos, redes dentro de redes, teniendo cada nivel de la red o jerarquía, *propiedades emergentes* que se dan en ese nivel y no en otros.

La primera propiedad de una red es su no-linealidad, esto es, *va en todas las direcciones*. Al no ser lineales, los caminos pueden formar lazos o bucles, por lo tanto sujetos a causalidad circular, es decir, a la retroalimentación. Y como los sistemas retroalimentados pueden autoregularse, las redes tienen entonces la capacidad de autorregulación. La autorregulación permite corregir desviaciones, *errores*, por lo tanto la red *aprende*, y se auto-organiza. Un ejemplo de red y de auto-organización lo es el cerebro humano.

Siguiendo la “pista” de la red, el texto de Sánchez Bodas nos habla en el Ensayo 2 y en varios pasajes de la *psique como entrama*.

Una perspectiva útil para comprender la noción de red asociada a los conceptos del texto es pensar al sí mismo (*Self*) como red.

La teoría de la personalidad “rogeriana”, del cual el autor se nutre, está erigida en torno del constructo fenomenológico del “sí mismo”: es una abstracción central en su teoría, obtenido de su observación clínica a partir de las alusiones de los clientes a sí mismos durante la terapia. Este factor es considerado primordial para Rogers en la determinación de la conducta del individuo y por lo tanto el proceso terapéutico quedó centrado en esta imagen fenoménica (conocida) y sentida (en el sentido de la subcepción de Rogers) que la persona

---

<sup>31</sup> Capra, Fritjof, op. Cit., p. 52.

<sup>32</sup> Cuando hablamos de causalidad circular nos referimos a una disposición de elementos causalmente conectados de forma circular ( $A \rightarrow B \rightarrow C \rightarrow A$ ) de modo tal que el primer eslabón de la cadena causal se ve afectado por el último, es decir cada eslabón es principio y fin. En la causalidad lineal existe un camino unilateral de causa a efecto ( $A \rightarrow B$ ).



[Escriba aquí]

tiene de sí, en tanto configuración, gestalt, fluida.<sup>33</sup>, red de múltiples elementos (pensamientos, sentimientos y conductas) depositados a lo largo de su historia<sup>34</sup>.

En el Ensayo 3 nos sumerge en la cuestión del deseo, tema que aborda desde la filosofía y, entiendo, enfoca desde la noción de conatus, en su acepción spinoziana. Deseo, es entonces voluntad y apetito de la persona de perseverar en su ser<sup>35</sup>: este “conatus” es su esencia, es decir, su empeño en perseverar en su ser. Pero esta esencia *no la preexiste ni está separada de su experiencia*, por el contrario, sólo se manifiesta en su experiencia, en acto. Por lo tanto la posición política que el autor manifestó al inicio es coherente con el lugar que ocupamos en relación al deseo del otro.

Cuando llegamos al Ensayo 4 nos encontramos, a mi juicio, con otro concepto que el autor incorpora y que abre las puertas a la generación de nuevas líneas de pensamiento y praxis: *lo transductivo*.

Este término, (conocido por mí en mi pasado profesional asociado a la electrónica), es de uso en física, electrónica, robótica, etcétera, para designar dispositivos que son capaces de transformar o convertir un tipo señal de entrada al mismo, en otro tipo de señal a la salida. Por ejemplo, un micrófono es un dispositivo capaz de transformar energía acústica (ondas de presión sonoras) en energía eléctrica. Sin embargo entiendo que este término es más cercano al texto del autor a partir del concepto de transducción de Gilbert Simondon<sup>36</sup>, que no excluye la operación de transformación mencionada previamente.

El pensamiento de Simondon puede caracterizarse como una *perspectiva de proceso* en contraposición a uno que considere a las entidades como estables y fijas<sup>37</sup>, y una *perspectiva relacional* en tanto todo individuo (material, animal o social) surge de un entretejido que marca su devenir<sup>38</sup>.

---

<sup>33</sup> Gondra, J. (1978) La psicoterapia de Carl Rogers. Bilbao: Desclée de Brouwer. pp 124.

<sup>34</sup> Mearns, D., Thorne, B. (2003) La terapia centrada en la persona hoy. Bilbao: Desclée de Brower. p. 108.

<sup>35</sup> Ferrater Mora, J. (1990) Diccionario de Filosofía de bolsillo. A-H. Madrid: Alianza. p. 123.

<sup>36</sup> Gilbert Simondon (1924-1989) Filósofo francés influyente en el estudio de las técnicas y tecnologías y conocido por su principio de individuación.

<sup>37</sup> Styhre, Alexander. The Concept Of Transduction And Its Use In Organization Studies. Emergence : Complexity and Organization 12.3 (2010): 115-131.

<sup>38</sup> Heredia, Juan Manuel; (2012). Los conceptos de afectividad y emoción en la filosofía de Gilbert Simondon. *Revista de Humanidades*, Julio-Diciembre, 51-75.

[Escriba aquí]

El punto de partida de esta referencia para pensar el concepto de lo transductivo en el texto de Sánchez Bodas es el *principio de individuación* de Simondon: cómo los individuos se constituyen en un proceso donde toman varios recursos del ambiente que son movilizados y ensamblados para la operación de individuación.

La individualidad no es un punto de partida, sino que es el *resultado* de un proceso *abierto*. Esta posición difiere de aquella (sustancialismo e hilemorfismo<sup>39</sup>) donde se considera que hay un principio de individuación que es previo al individuo, un principio de individuación que ejerce su influencia antes de que se haya producido la individuación y que la explica y que produce y determina el curso de la individuación.

Si la individualidad es un proceso abierto, es el resultado de la *transducción* a un estado metaestable donde se establece temporariamente.

*La operación transductiva es la que permite el proceso de individuación.*

La individuación no es entonces un estado final y fijo sino una serie de aproximaciones a la individuación a través de estados metaestables sucesivos.<sup>40</sup> Como puede verse el individuo no responde a unas relaciones causa-efecto, sino más bien a interacciones no lineales, impredecibles y de final abierto. Esta noción hace énfasis en la *ontogénesis*, el proceso de cómo algo viene a ser más que en la *ontología*, cómo algo es.

La operación transductiva es entendida como el proceso entero de individuación para convertirse en una entidad metaestable. Siendo este proceso de naturaleza mental, social, biológico, físico o tecnológico. Significa la apertura, la emergencia, el *despliegue del ser*, un proceso en progresión.

---

<sup>39</sup> El sustancialismo es una teoría filosófica según la cual la realidad está constituida por entidades sustanciales que reflejan el modo del ser, mientras que para el hilemorfismo todo cuerpo se halla constituido por dos principios esenciales, que son la materia y la forma. Ambas perspectivas son dualistas ya que escinden la realidad en dos partes opuestas donde una ejerce papel determinante y la otra papel determinado (causalidad lineal).

<sup>40</sup> Styhre, Alexander, op. cit., p. 7 a 23.

Para Simondon la constitución de este proceso sigue el paradigma físico del proceso de cristalización<sup>41</sup> que se inicia desde un centro del ser y se difunde de manera liminar a través de una actividad, tanto estructural como funcional, por diferentes dimensiones del ser. Dicha propagación, de manera genérica, conlleva un proceso de *inscripción* de cualidades y potenciales, el *uso* de dichos recursos (materiales, emocionales, sociales, culturales) y el cambio de la visión del individuo, lo cual se traduce en una nueva inscripción de recursos-uso de recursos-cambio de visión, que lleva a una nueva inscripción y así sucesivamente de manera iterativa y sin cesar<sup>42</sup>. Pero el aspecto más destacado de este proceso es que el sistema de individuación y el sistema que se individúa así mismo forman una *unidad en proceso*. Dicha unidad en proceso no puede separarse, sino que el agente de la individuación y el teatro donde ocurre, forman dicha unidad, es decir: cambio y orden, estructura y contingencia no están en oposición sino que están en relación.

Como fue dicho el proceso de individuación coagula en estados metaestables de individuación que son transitorios, es decir pasa de un estado metaestable a otro estado metaestable y así sucesivamente.

La metaestabilidad, concepto también usado por Sánchez Bodas, es una propiedad de un sistema con *múltiples* estados de equilibrio: el sistema se mantiene débilmente estable, por un largo tiempo, hasta que bajo una influencia externa se vuelve a un estado fuertemente estable, más equilibrado. Este concepto es una exigencia lógica que Simondon utiliza para explicar el *ser en devenir*<sup>43</sup>. Un sistema estable, aquél que ya está desarrollado, individuado, es un sistema “muerto” que no da cuenta del devenir, no sufre cambios, por lo tanto necesita explicar el proceso de transformaciones que realiza lo individual a través de la noción de metaestabilidad. Para ello asume que todo sistema metaestable porta dentro de sí *energía potencial*, un conjunto de tensiones, de incompatibilidades, de potencialidades no resueltas, que son las que explican la operación transductiva entre diferentes estados. Esto implica que el individuo

---

<sup>41</sup> Proceso por el cual a partir de un gas, líquido o una solución, los iones, átomos o moléculas establecen enlaces hasta formar una red cristalina, la unidad básica de un cristal.

<sup>42</sup> Styhre, Alexander, op. cit., p. 7.

<sup>43</sup> Heredia, Juan Manuel, op. cit., p. 51-75.

[Escriba aquí]

nunca alcanza la individuación completa, sino que es un ser en devenir continuo a través de diferentes fases.

Para concluir esta referencia, que no pretende ser abarcativa ya que excede el propósito de este escrito, puede señalarse que Simondon establece la hipótesis de lo *pre-individual* como una exigencia lógica para que la idea de formación del individuo tenga sentido. Lo pre-individual es la fuente de toda individuación, fuerza que moviliza energías potenciales en el proceso de individuación, campo de tensión y de potenciales no resueltos, instancia energética que trabaja al sistema metaestable desde adentro. Esta energía pre-individual propulsa una “máquina” que se transforma a sí misma, no a una “máquina” terminada<sup>44</sup>. La naturaleza de esta energía posee una dualidad: fuerza que moviliza potencialidades y que a su vez no contiene ningún potencial pre-formado de antemano<sup>45</sup>.

En este texto la transducción aparece no sólo en el sentido de una operación de transformación, como por ejemplo de vivencias/comportamientos, sino como también define a la conciencia en tanto *acto transductivo* que liga al sujeto y al mundo. En ambas operaciones de transformación entre órdenes diferentes está presente, tal como entiendo que las describe el autor, un *sentido de dirección* de dicha transformación: en un caso como herramienta de la fundación creativa de sí mismo ya que permite cambios y transformaciones<sup>46</sup>, en otro caso como resultado de lo orgánico en tanto saber pre-simbólico. Me pregunto: ¿acaso esta hipótesis pre-individual simondoniana no se refleja en lo orgánico?, ¿será lo orgánico una pulsión vital que guía la “máquina” sin que tenga nada dado de antemano que no sea transformarse a sí mismo, esto es, perseverar en su ser?

Volviendo al “*Manifiesto Humanista*” como referencia para pensar la evolución del pensamiento del autor, Sánchez Bodas se pregunta: ¿qué actualiza la tendencia auto-actualizante?<sup>47</sup> En un recorrido profundo donde convoca

---

<sup>44</sup> *Ibíd.*

<sup>45</sup> Esta cuestión excede en mucho el propósito del prólogo y su inclusión es sólo para plantear referencias que sirvan para una profundización posterior.

<sup>46</sup> pp 67

<sup>47</sup> Sánchez Bodas, *op. cit.*, p. 193. La tendencia autoactualizante es la tendencia a actualizar la noción de sí mismo en tanto porción de la experiencia incorporada al self.

[Escriba aquí]

varias fuentes, entiendo que abre más el juego para pensar su respuesta desde distintas perspectivas. Y elijo una: la tendencia auto actualizante (TAA) actualiza el particular *Existencial* de cada uno filtrado desde la noción de sí mismo a partir de lo que percibe y del lenguaje, ambos inseparables<sup>48</sup>. Entonces, ¿en qué medida podemos asimilar lo transductivo como un concepto *perceptivista*?, ¿es lo transductivo en Sánchez Bodas una relación quiasmática que convierte órdenes diferentes con el sólo propósito de actualizar el Existencial que cada uno es?, y finalmente, ¿es la percepción el asiento de la creación del Ser?

En los Ensayos 5 y 6 entiendo que el autor operacionaliza los conceptos claves que ha desarrollado, en particular dos que aparecen en el recorrer los ensayos e incluso los apéndices: la *descripción fenomenológica* y la *empatía vincular*.

*“Todo individuo vive en un mundo  
continuamente cambiante de experiencias  
de las cuales es el centro”*<sup>49</sup>

Carl Rogers

Una perspectiva perceptivista está centrada en la percepción, es por lo tanto fenomenológica. Entiende a la percepción como una síntesis, un nexo, inacabado, que supera la oposición entre realismo y subjetivismo, entre objetivismo versus impresionismo. Ya que lo que se percibe no es algo puramente objetivo y acabado que sólo es espejado, ni tampoco es algo que sólo está dentro, algo autorreferencial. Lo que se percibe no es desde afuera ni desde adentro puramente. Tal como nos lo dice el autor lo psíquico no es pura exterioridad ni pura interioridad.

La noción de percepción no es la misma en el lenguaje psiquiátrico que en el de la Psicología humanista<sup>50</sup>. La percepción supone para la psiquiatría<sup>51</sup>:

*“... una integración armónica entre los receptores periféricos sensoriales, las estructuras nerviosas centrales y un aprendizaje que es*

---

<sup>48</sup> Sánchez Bodas, op. cit., p. 208 -209. Aquí he hecho una adaptación al concepto de Sánchez Bodas para resumirlo adecuándolo a ideas que él mismo esboza durante el texto mencionado.

<sup>49</sup> Rogers, C. (1966) Psicoterapia centrada en el cliente. Buenos Aires: Paidós. pp 410.

<sup>50</sup> Giordani, B. (1998) La relación de ayuda: de Rogers a Carkhuff. Bilbao: Desclée de Brouwer. pp50

<sup>51</sup> Lamperiere, T., Feline, A. (1997) Manual de psiquiatría. Barcelona: Masson.

[Escriba aquí]

*el de la discriminación, el reconocimiento y finalmente la identificación de los objetos (...) que tienen un nombre y una función definidas por el grupo social.”*

Desde una concepción rogeriana si la percepción es el *significado que la persona da a todo aquello que ocurre dentro y fuera de ella*<sup>52</sup>, se puede decir que el individuo se comporta de acuerdo a la percepción que él tiene de sí mismo y de la realidad externa. Para Rogers es la percepción la que crea la realidad. Éste énfasis en lo subjetivo lo lleva a coincidir con la psicología fenomenológica.<sup>53</sup>

Hablar de fenomenología invita a explorar inicialmente su etimología, del griego: *φαινόμενον*; phainomenon, 'aparición', 'manifestación' 'fenómeno' y *λογος*, logos, 'estudio', 'tratado', en resumen, teoría de lo que aparece. El término fue usado previamente al método y proyecto filosófico de Edmund Husserl<sup>54</sup>, la fenomenología trascendental, el uso posterior y el que haré en este prólogo está ligado al uso husserliano y más precisamente a su uso en el campo de la psicología del Counseling.

Entonces, en una consulta de counseling y frente al fenómeno (lo que aparece) una posición perceptivista, (a diferencia de una posición hermenéutica orientada a la interpretación), implica tratar "*de captarlo en su totalidad como algo que se vive, que se percibe en múltiples facetas, que produce emociones, que se relaciona con vivencias del pasado, con respecto al cual se anticipan otras vivencias, se espera, teme o desea algo.*"<sup>55</sup>

Así la *descripción fenomenológica*, que refiere Sánchez Bodas, en tanto comprensión activa de la vivencia del otro es una actitud, una manera de estar frente al fenómeno, una forma de atender y escuchar, una manera de abrirse al fenómeno. Y es clave a mi entender esta discriminación, ya que marca una diferencia con otras perspectivas de las terapias psi como el autor las denomina. Esas otras perspectivas parten, en general, de un esquema de la realidad, que surge de un conjunto de reglas que instrumentan técnicamente lo que hay que

---

<sup>52</sup> Giordani, B. (1998) La relación de ayuda: de Rogers a Carkhuff. Bilbao: Desclée de Brouwer. pp50.

<sup>53</sup> Gondra, J., op cit., pp 127

<sup>54</sup> Lapoujade, M. (1988) Filosofía de la imaginación. México: Siglo XXI. pp. 66.

<sup>55</sup> Romanella, A., Geltman, P. (1996) Psiquiatría y psicoterapia fenomenológica. Buenos Aires: Editorial Sinopsis. pp. 8

[Escriba aquí]

escuchar (por ejemplo las formaciones del inconsciente o las distorsiones cognitivas), dejando de lado otros aspectos que no interesan a los fines prácticos, esto es, a la metodología que hay que seguir para hacer terapia.

Precisamente es en ese punto en donde la perspectiva perceptivista, que entiendo expresa Sánchez Bodas, asume toda su dimensión: no sólo es la vivencia del consultante, la imagen fenoménica que la persona tiene de sí en relación a los otros y al mundo, es el *lugar* donde está centrado el proceso terapéutico y es, también, el del consultor ya que es desde dónde lo escucha y le responde.

Si usamos lo quiasmático anteriormente desarrollado por el autor, la relación quiasmática acto perceptivo/acto expresivo de cualquiera de los dos participantes del diálogo terapéutico, define en la comunidad de la palabra la experiencia del ser, en tanto praxis creadora. Así la *empatía vincular*, puesta en práctica de la *confluencia de conciencias*<sup>56</sup>, nos permite afirmar que la percepción es el lugar donde se articulan y estructuran los modos de ser de ambos participantes de la relación.

Por otro lado puede entenderse que la noción de empatía vincular contiene una perspectiva de *red*: permite focalizar en diferentes niveles de la organización de la red, el consultante, el consultor, la pauta de relación entre ambos. Aquí diferentes niveles significan diferentes jerarquías de organización de la red en que la consulta puede entenderse: cada nivel posee propiedades emergentes diferentes. Del mismo modo la referencia al concepto de *personalización*, del problema, del sentimiento y de la meta, pone en marcha una perspectiva de red, donde cada foco que asume el quiasma consultante/terapeuta es un nivel, una jerarquía de la red que posee sus propiedades diferenciales. Pensar en esta noción de telar y trama que propone Sánchez Bodas, es pensar en *redes dentro de redes*.

---

<sup>56</sup> pp 98

[Escriba aquí]

En cuanto a los Apéndices, éstos amplían y a la vez despliegan nuevos conceptos, en relación a los presentados anteriormente, al estilo de una “vuelta de tuerca”<sup>57</sup>.

El Apéndice 1, “*De la conciencia en sí misma a la conciencia para sí mismo*”, aparece una reflexión sobre el proceso de la conciencia como funcionamiento corporal total. Entiendo que puede verse aquí nuevamente la influencia inicial de Merleau Ponty en tanto “*toda conciencia es conciencia perceptiva*” y aquí no es la conciencia de un sujeto abstracto sino de una *conciencia encarnada en un cuerpo*. Pero considero que Sánchez Bodas va mucho más allá: la conciencia es el “órgano” que regula la pulsión vital en cada uno de nosotros, actualizando el ser que somos. Aquí conciencia es entonces *conciencia transductiva*.

Quiero señalar que en el desarrollo de este Apéndice queda flotando un concepto que el autor desarrolla en el Ensayo 4: las cuatro vivencias orgánicas potenciales básicas (alegría, amor, tristeza, miedo). Si éstas son definidas como vivencias que sustentan la vida psíquica y su interjuego constituye el ser experiencial, ¿acaso estas cuatro vivencias y los sentimientos más complejos que surgen de ellas, no serían la “bisagra” del proceso transductivo?, ¿no son estas vivencias un lugar de articulación entre la interioridad y la exterioridad? Remito a los lectores al concepto de lo subconsciente o preconsciente del texto (Ensayo 4).

En el Apéndice 2 el autor vuelve sobre los pasos de la Tendencia autoactualizante (TAA) para afirmar que la pulsión vital estará refrenada por medios simbólicos, ya que aquella proviene de la noción de sí mismo, de la incorporación del lenguaje reflexivo y por lo tanto de la valoración simbólica de las experiencias. La TAA en tanto subversora del orden orgánico. ¿En qué medida podemos afirmar que el autor supera ya el mito del “buen salvaje” rousseauiano, y por qué no también rogeriano<sup>58</sup>, de creer en la posibilidad de una vuelta a lo orgánico puro?, ¿acaso lo orgánico ya no es algo pre-

---

<sup>57</sup> Una “vuelta de tuerca” puede entenderse como un giro en la argumentación sostenida, en el que se presenta un vuelco sobre posconceptos expresados previamente.

<sup>58</sup> Véanse las definiciones del concepto del hombre en Rogers dado por Campos en Campos, A. (1982) La psicoterapia no directiva. Barcelona: Herder. p 45-53



[Escriba aquí]

existente sino algo que es a la vez el ser y el proceso de su creación al mismo tiempo?

En el Apéndice 3, referido a la empatía vincular (presentada en el Ensayo 5), ésta ya es leída en clave quiasmática y Sánchez Bodas confirma una orientación de la *praxis quiasmática* de la consulta, encuentro terapeuta/consultante al afirmar que “[...] sostengo la idea que esos <sup>59</sup> deben ir diluyéndose en la *apariencia*”. Creo entender que nuevamente el acento se desplaza al entre, al nexa, al sistema de relaciones más que a las partes, a la causalidad circular más que a la lineal.

El último Apéndice, el 4, se refiere al mito de Psique y Eros, que el autor reproduce y comenta. Sólo como complemento a lo que el autor dice, este mito puede también leerse en clave quiasmática: psiqué y eros ¿podrían leerse desde una relación deseo / amor, asumiendo el concepto que Sánchez Bodas le imprime al deseo?, ¿acaso el alma no expresa también el pathos que requiere de un amor no posesivo para acompañarlo? Dejo al lector que sugiera las relaciones quiasmáticas que le resulten más significativas luego de su lectura.

Para ir cerrando, resumo las perspectivas en tanto ejes de pensamiento del autor, que, juzgo, pueden ser generativos para pensar una praxis social, dentro o más allá de las relaciones de ayuda:

- Lo ecológico
- Lo quiasmático
- Lo transductivo
- Lo perceptivista

A modo de finalización quiero volver a manifestar que este trabajo ha sido orientado especialmente con el fin de contribuir a la difusión y reflexión del pensamiento de Andrés Sánchez Bodas, pionero del Counseling en la Argentina y de un modelo integrativo fenomenológico relacional de la ayuda “psi”, y de un modo personal, cultural y epocal de entenderlo, desarrollarlo y practicarlo. Al autor gracias por permitirme.

---

<sup>59</sup> Refiriéndose a la dupla de roles terapeuta-consultante.

## ENSAYO 1

### *ANAQUELES TERAPÉUTICOS*

Este primer ensayo, que abre el texto, propone una síntesis de las distintas propuestas terapéuticas, que como relaciones de ayuda, psicoterapias y consultorías, se han ido dando, en el mundo “psi” en los últimos cien años.

Propuestas y posiciones elaboradas para ayudar a las personas a resolver los problemas existenciales que provocan sufrimientos emocionales y síntomas que dificultan el vivir cotidiano.

Propuestas que han tenido y tienen nombre y apellido y que en este caso he decidido no nominar, porque lo que me importa, no es dar cuenta de ello, sino de las distintas intenciones y orientaciones que han ido deviniendo, la idea de este ensayo, es ir acercando al lector, de una manera lo más sencilla posible, a mi propia posición.

Por otra parte, sean cuales fueran:

- a- *Las relaciones de ayuda “psi”, para problemáticas humanas que provocan confusiones y sufrimientos existenciales, son un servicio que, de variadas maneras, procuran que el que consulta, adquiera mayor información experiencial sobre sí mismo, supere sus dificultades de consulta y haga con ella lo que considere mejor para su existencia.*
- b- *Todas ellas, explícita o implícitamente, son multi-relacionales y narrativas. Por un lado se “juegan”, en y desde, las múltiples configuraciones de tres partes: consultante-consultado-vínculo terapéutico. Por otro parten de la palabra que narra lo que demanda la persona que consulta y entrama con la palabra que dice el profesional. Y es desde allí, las distintas intervenciones que suponen modelados teóricos de diferentes bases.*
- c- *Los profesionales que pueden ejercerlas son: Psicólogos Clínicos, Médicos con especialización en psicoterapia, Psiquiatras, Consultores Psicológicos (Counselors), Terapeutas Filosóficos, Operadores*

[Escriba aquí]

*Grupales, Terapeutas Corporales, entre otros que se hayan formado en el trabajo con este tipo de problemáticas.*

Sus intenciones son ayudar en la resolución del sentirse mal, siendo éste: “*una serie compleja de distintos malestares, que conllevan a síntomas, desorientación y confusión vital, que frena o sobre impulsa el camino del vivir, deteniendo o distorsionando la mismidad de sus deseos*”

Por ello promueven que los consultantes/pacientes logren sentirse bien y esto implica: “*estar vitalmente orientado, en procesos activos de acción congruentes, integrando el sentir, el pensar y el hacer, en un dinámico fluir de experiencias y conductas, en concordancia con sus deseos*”.

Vamos al tema:

Desde que somos humanos y por lo tanto conscientes de sí mismos y del nosotros como co-constituyentes en la vida que transitamos, pasamos momentos de incertidumbre, de angustia, de ansiedad, de tristeza, de miedo, de duda, que nos han hecho tener la necesidad de consultar a un otro que nos ayude a comprenderlos y resolverlos. Ese otro que, en siglos atrás, era lo que llamaríamos un sabio, un gurú, un brujo, un sacerdote, un filósofo, un médico, que desde su lugar de conocimiento y experiencia nos escuchaba, daba consejos, realizaba un ritual, nos daba un brebaje, o utilizaba algún otro recurso, ocupando el lugar que hoy tenemos, nosotros, los terapeutas “psi”.

Un rol que como tal, se nombra desde 1889, año en el cual, se sabe, fue acuñada por primera vez la palabra “psicoterapia”.

Palabra que etimológicamente alude al cuidado del alma, y que se la ha ido deformando hacia una mirada “médica”, llegando a entenderse como el tratamiento y remisión de las enfermedades psíquicas/mentales.

Es por ello que en este trabajo prefiero referirme a ello como “terapias psi”, en tanto al invertir el orden, lo subvierto y vuelvo a la idea de que nunca debería haberse olvidado: cuidar el “alma”, aquello que nos hace ser lo humano que somos, como “homo amans”<sup>60</sup> y como “homo faber”<sup>61</sup>.

---

<sup>60</sup> *Homo amans*: hombre con capacidad de amar.

<sup>61</sup> *Homo faber*: hombre con capacidad de hacer, fabricar.

[Escriba aquí]

Desde fines del siglo XIX hasta la actualidad estas disciplinas han tenido variadas lecturas, producto de grandes pensadores profesionales, en su mayoría, devenidos de la medicina, de la neurología y psiquiatría, y unos pocos de la psicología y filosofía, que produjeron teorías y prácticas, orientadas a encontrar modos de aplacar y solucionar nuestros sufrimientos emocionales y sentimentales.

Es así, que hubo colegas que dieron cuenta de la importancia del descubrir aspectos de nosotros mismos que estaban ocultos, en algún lugar de nuestro psiquismo. Estos aspectos, no sólo eran desconocidos para nuestra noción de yo (no conscientes y/o inconscientes), sino que más aún, influían notoriamente en nuestras conductas, de manera que nos producían síntomas, e incluso nos enfermaban mentalmente. También observaron que muchas de esas problemáticas estaban generadas en nuestra historia infantil y elaboraron diversas teorías y prácticas, dedicadas a explorar nuestro pasado y hacerlo luz (iluminarlos) en un nuestro presente. Por lo tanto la tarea de un terapeuta, era y es, para ellos, ayudar para que esos aspectos se hagan conscientes y de esa manera recuperar la posibilidad de poder adueñarse de sí mismo de una manera más satisfactoria.

Unos años después, otros pensaron que no era tan importante esa tarea, inclusive poco seria, no científica y que por ende, no prestaban la ayuda necesaria. Plantearon, entonces, que lo mejor era observar las conductas que nos hacían sufrir. Comportamientos que, si bien eran también determinados por nuestro pasado, desde aprendizajes fallidos, había que trabajar terapéuticamente para suplantarlos y corregir en el presente. Para ello idearon múltiples técnicas, desde la cuales ejercían y ejercen su rol.

Ante esta mirada puesta esencialmente en el pasado que se actualizaba en un hoy, otros profesionales, plantearon que había que pensar que el ser humano es un ser que existe, que va hacia adelante, hacia el futuro, en búsqueda de un sentido que le de plenitud a su vida. En ese camino se puso énfasis en el encuentro con el otro en una relación “nosotros”, en donde era fundamental, favorecer la exploración de lo que denominaron “proyecto de vida en vínculo con el mundo”.

[Escriba aquí]

En ese momento de la historia de las terapias “psi”, se desplegaron muchísimos autores, algunos derivados del primer movimiento, otros del segundo, otros del tercero.

En esa etapa, que aproximadamente transcurrió entre 1890 y 1950, encontramos grandes maestros y discípulos que siguieron sus lineamientos en forma rígida u ortodoxa; otros, que sin alejarse demasiado, no fueron tan obsecuentes y reformularon lo planteado, enriqueciendo lo creado por su líder ideológico. Los hubo aquellos que se rebelaron, y siendo disidentes generaron sus propios modelos.

En ese transitar se publicaron multiplicidad de escritos y libros, dando cuenta de todo un bagaje heterogéneo de contenidos, que son aquellos con los que nos formamos y enseñamos para ser profesionales de la ayuda “psi”.

Todos estos autores formalizaron (y otros aún lo siguen haciendo) sus aportes haciendo eje en aspectos irracionales; otros conductuales; los que van hacia lo cognitivo/racional; otros agregaron la importancia del cuerpo y sus vivencias; o la experiencia; aparece en sus enfoques lo energético; lo imaginario y los sueños, como otro camino de búsqueda; otros poniendo el acento en los mitos, o en la palabra y el lenguaje; muchos se volcaron hacia lo interpersonal; los vínculos son centrales para muchos autores, como los sistemas de relación; otros centraron sus enfoques en la hipnosis, o en el juego, o en el arte; y seguro que sin querer, se me olvida alguna postura.

Ninguno de ellos, negó la importancia del pasado en lo que somos y nos pasa. Sin embargo la forma de tomarlo tiene variantes que marcan profundas diferencias. Están los que insisten que hay que profundizar en la historia personal; los que sin negarla, nos dicen que esa historia vale si hoy se re-significa en el aquí y ahora, y como dije anteriormente, los que dicen que lo pasado se presenta en tanto proyecto que somos.

Por ello hay posiciones que se apuntalan en el pasado, otras en el futuro, otras en el aquí y ahora, y hay modelos desde los cuales se acompaña el discurso del consultante/paciente respetando su camino y su manera de caminarlo.

Algunos, en su práctica interpretan, desde su marco teórico, el “discurso/relato” de sus pacientes/consultantes, los hay quienes aconsejan y dan tareas a cumplir,

[Escriba aquí]

y los que no coinciden con las anteriores se sostienen en el encuentro, facilitando la redefinición de sus percepciones.

En los primeros, el eje está puesto en lo “oculto” que hay que develar. En el segundo caso, el eje está en la conducta a modificar, y los últimos en revisar los sistemas de creencias que condicionan sus vidas.

Existen, también, aquellos que incluyen las tres miradas formulando modelos integrativos.

Cuando se miran estas ideas y sus praxis, es innegable que en forma explícita o implícita, están influidas y sustentadas por una filosofía, una cosmovisión, un modo de ser y de entender al “hombre”, por la época y la cultura social de cada autor, que condicionan su percepción, su modo de pensar y actuar profesionalmente.

Cada teoría y práctica es una mirada parcial condicionada por los acontecimientos que rodearon a esos creadores. Esto no inhabilita lo que plantearon, pero les da un lugar de verdad relativa a sus aportes. Concluyo entonces, que es innegable su valor y que son la base para construir en el presente, el “formato” teórico práctico que elijamos, sabiendo que también éste poseerá, un espacio de aproximación relativa, de una verdad sólo válida por hoy, y que seguramente podrá ser reprocesada en futuros no muy lejanos, en relación a nuevos sucesos, pensares o cuestionamientos, que acontezcan.

Ya más cerca del siglo XXI que está transcurriendo, observamos autores que:

- Siguen profundizando sobre el habla y el lenguaje y su incidencia en lo que somos.
- Se abren hacia la investigación de cómo funcionamos cognitivamente.
- Sostienen la importancia de explicitar la filosofía que los sustenta.
- Plantean un nuevo movimiento, apoyados en la autodenominada New Age<sup>62</sup>. Aquí, que se observan distintas posturas, la mayoría vinculadas a la recuperación de tradiciones filosóficas relacionadas con la

---

<sup>62</sup> New Age: Movimiento aparecido hace unos 30 años, basados en el supuesto de que en este tercer milenio iba a acontecer un cambio de era, encaminado hacia lo espiritual/ transpersonal.

[Escriba aquí]

curación y la meditación de origen Oriental, así como prácticas de sanación propias de las antiguas tradiciones de nuestros pueblos originarios de toda América.

Por otra parte las neurociencias y las denominadas terapias de avanzada están haciendo una fuerte entrada, con técnicas/métodos que se sustentan en su eficacia “científica”, lo cual viene a sumar e integrarse con lo anterior.

En los anaqueles de este mercado de propuestas, varios colegas confluyen y se intermezclan entre uno y otro espacio, variando posiciones relativas, no desde su propia autodenominación de identidad sino desde la observación externa que lo califica y ubica en una u otra línea/modelo. Es evidente, aunque no sé si necesario, que casi todos necesitamos sentir pertenencia. Por eso creo que es desde allí, en donde está el sentido de encasillarnos en una u otra denominación o posición en lo que hacemos y sostenemos. Es posible que aun habiendo adherido a un enfoque en particular, tengamos críticas y propios modos de hacerlo, que pueden distanciarnos hasta (y por qué no) el punto de poder pensar desde sí mismos, sin adscribirse a un maestro o un autor determinado.

En el mundo “psi”, cada movimiento tiene sus propias agrupaciones (“tribus” o “clanes”), que siguen a uno u otro líder o maestro. Así se forman, entonces, instituciones y organizaciones, que dicen ser de uno u otro modo de pensar el mismo modelo de base, separándose en algunos casos por pequeñas diferencias conceptuales.

Hay caminos mixtos, es decir, colegas que teniendo como base una teoría específica con su correspondiente praxis, entran e integran de un modo sistemático aportes de otros modelos.

Nos encontramos, también, con lecturas que se demarcan desde el modelo médico, relacionado a la curación de lo enfermo, y con otras que lo hacen, desde una mirada o modelo vinculado al desarrollo personal/humano.

También podríamos ubicar aquellos que:

- Hacen eje en el cambio y la resolución de problemas.
- En la transformación.
- Proponen procesos breves.

[Escriba aquí]

- Sostienen que los procesos terapéuticos profundos, deben ser irremediablemente largos y hacen énfasis en lo individual.
- Enfocan en lo grupal o en lo familiar.

Lo interesante es que todas las líneas, posiciones, posturas, teorías y prácticas, en sus múltiples diferencias, coinciden en la importancia de la *ESCUCHA*, como la base de cualquier intención terapéutica.

La escucha es un proceso dinámico de toma de contacto y entrama de un mensaje emitido por alguien y decodificado/ interpretado por el que recibe ese mensaje.

En caso de las terapias verbales se parte del oír lo que se emite por el órgano de fonación del emisor, hacia el órgano de audición del receptor, agregando la interpretación psicológica del que está, en ese momento, en el rol de receptor-escuchador.

Aquí es importante observar que los que consultan nos traen problemas, conflictos, temas diversos que le hacen sentir y actuar de maneras no del todo satisfactorias, pero (y aunque sea obvio), lo que traen a la consulta es, ni más ni menos, que su ser persona total y completamente.

Es por ello que tenemos que tener claro en donde pondremos el énfasis: ¿en el problema?, ¿en la persona?, ¿o en ambos a la vez?, Estas preguntas dividen las aguas. Él cómo se realice la “interpretación” de lo emitido y lo que se hace con ello, es lo que identifica varias corrientes. Es decir, que algunas conceptualizan la intervención de una manera u otra, haciendo foco en uno u otro aspecto de la misma.

Como veremos en el siguiente cuadro, algunas la utilizan como una técnica preliminar a cualquier intervención posterior y otras se instalan en ella desde otra perspectiva:



[Escriba aquí]

Su hacer es desde un modelo médico (mucho más atenuado)	Su hacer es desde un modelo de desarrollo personal/humano.
Generan la relación escuchando atentamente lo que comenta, cuenta, dice, habla, relata, vivencia, el paciente. Desde allí hacen una anamnesis diagnóstica y a posteriori proponen un modo de ayuda en consonancia con lo que han delimitado que necesita el que consulta. Es evidente que esta posición sostiene que el “poder de la cura” lo posee el profesional.	Sostienen que en la escucha y la relación que se establece, en, con y a partir de ella, reside la clave del proceso terapéutico/de ayuda.
Toman la escucha como una técnica de entrada y denominan paciente / analizado, al que consulta.	A la escucha, le agregan la relación, el vínculo, y desde allí se instalan analizando y/o acompañando todo el proceso, por ello aquí denominan al que consulta consultante, al que contienen y acompañan.
El que consulta posee algún nivel de patología, en tanto consideran que todos en mayor o menor medida somos, como mínimo, neuróticos.	Sostienen la escucha en sí misma en el contexto de todo el proceso de ayuda y se colocan en el lugar de que el que más sabe de sí mismo es el consultante.

Los que analizan, se sostienen en una escucha atenta, y pretenden resolver lo que le pasa a su analizado en el marco de un encuadre profesional, en tanto allí se repite, de alguna manera, lo que le pasa en su “interioridad”. Es el clásico concepto de transferencia, desde el cual se ha dicho y se dice que el analizado repite/transfiere modelos vinculares o situaciones concretas previamente adquiridos, al profesional.

Este tipo de terapeuta, lo trabaja en y durante el vínculo, tomando en cuenta que, puede generar en él, cuestiones de paralelismo/identificación denominada contratransferencia, y que si no lo contacta, interfiere en la escucha. Partiendo de ese mismo origen epistemológico, se ha reformulado ese concepto, sosteniendo que lo que se transfiere es un supuesto saber que el analizando considera no sabe, radicándolo en la palabra que se habla en la sesión. En ambos

[Escriba aquí]

casos este concepto se lo visualiza en la relación, y la escucha del profesional debe conducir a su disolución porque si bien ayuda en su aparecer, dificulta, como he dicho, el trabajo terapéutico. Transferencia / contratransferencia: una aliada y una enemiga. ¿Y por qué digo esto? Porque los que trabajan con estos modelos se centran en la escucha como eje, pero poseen una visión de desconfianza y sospecha ante el discurso del analizado, en tanto consideran que de alguna manera, con la palabra ocultan y se resisten, sin darse cuenta, a ver lo que sería adecuado se debe. En tanto el que ayuda a develarlo con sus intervenciones, es el profesional. Éste se afirma en que el poder de la cura reside en interpretar lo oculto, lo no dicho o dicho fallidamente, lo no sabido, y no en el atendido.

Cuando el profesional se sitúa en el modelo vincular, confía que sí logra comprender lo que le pasa al que consulta desde sus cogniciones, emociones, sentimientos, vivencias, y logra transmitirlo con recursos verbales u otros, y que si el consultante logra comprender lo que le está transmitiendo el profesional, el proceso discurre positivamente.

Esta posición, no niega que pueda haber resistencias al cambio y la transformación, las comprende como un “material” más a trabajar. Tampoco niegan que puedan acontecer fenómenos de transferencia, o que el profesional pueda saber más de lo que sabe de sí el que consulta, pero si eso acontece, se trabaja “en transferencia”, pero no “con la transferencia”. Se supone que con esta manera de pensar y actuar, la misma se diluye sola. Por otra parte, al no colocarse en un modo relacional desde el lugar de poder/saber, al no diagnosticar y al no inferir que todo consultante es en menor o mayor medida un ser “enfermo”, es menos probable que eso pase de una manera que interfiera el proceso de ayuda.

Como se observa hasta aquí, hay variadas formas de entender la escucha y la relación, pero, en todos los casos, inclusive en el modelo médico, toda escucha que se pretenda terapéutica debe basarse en la empatía.

Por empatía entiendo, es la capacidad de poder comprender a otro desde su marco experiencial, con la menor interferencia posible del propio marco del que pretende comprender.

[Escriba aquí]

Aquí se dividen nuevamente “las aguas”:

1. Los que la utilizan como una técnica, “empatizan” y luego actúan interpretando o aconsejando.
2. Los que piensan que la empatía no es una técnica sino un modo de relación que debe sostenerse todo el tiempo, como un modo de estar allí con el que consulta. Aquí se presentan también dos vertientes:
  - a) el más tradicional que plantea que hay que estar empático con el que consulta y desde esa posición intervenir.
  - b) otro más moderno que sostiene que lo que debe lograrse es un marco empático mutuo, que también se denomina “empatía vincular” y toda intervención profesional surge en ese marco como producto de esa relación. Esta última postura que es muy actual (desde hace unos 20 años) se relaciona con una mirada holística de los vínculos de ayuda, entramándose con los paradigmas más actuales de la ciencia, por ejemplo con los modelos cibernéticos y cuánticos, que curiosamente se emparentan con filosofías milenarias del oriente.

Ante esto nos encontramos con que todas las relaciones de ayuda, terapias de una línea u otra, cuando asisten/atienden (lo digan o no lo digan expresamente en sus publicaciones, textos o discursos), tienen en cuenta, a:

- Las Emociones
- Los Sentimientos
- Las Percepciones
- Las Experiencias vividas
- Los Pensamientos/ lo cognitivo
- Los Sistemas de Creencias
- Las Conductas
- Los Comportamientos
- Los Sueños
- Los Deseos
- Las Necesidades
- La Historia personal - El pasado
- Los Proyectos - El Futuro
- El aquí y ahora - El Presente

[Escriba aquí]

- Los Contextos y vínculos en que existe el consultante/paciente
- Las características, aptitudes y cualidades personales
- Lo Visible y lo invisible
- Lo consciente y lo inconsciente
- El cómo se presenta, relata y vive lo que le pasa

Algunas líneas, teorías y prácticas, hacen figura en algunas de ellas y fondo en otros.

Las diferencias se sustentan en:

- 1- El modelo/imagen de ser humano (su filosofía/ su antropología))
- 2- Las metodologías/recursos
- 3- El sentido/intención del proceso terapéutico

En este último es donde claramente se observan los dos extremos, uno como hemos dicho ubicado en lo que denomino: el “modelo médico” que intenta el curar (la psicoterapia), y otro el “modelo de desarrollo personal humano” tendiente a facilitar cambios y desplegar transformaciones (el análisis y el counseling).

Además en estos distintos anaqueles nos encontramos con lecturas que enfatizan que:

- La infancia es clave en nuestra constitución.
- La sexualidad es un aspecto central en quienes somos.
- Desde niños vamos aprendiendo modos de responder y ser que se manifiestan en conductas adquiridas y que condicionan lo que somos.
- Estamos determinados por ese pasado.
- Estamos tan determinados que somos indeterminados.
- Lo que imaginamos y proyectamos ser mañana, influye en el hoy.
- Vivimos en un eterno presente de experiencia.
- Somos en un aquí y ahora.
- Los sistemas de creencias que incorporamos nos hacen hacer lo que hacemos.
- La vida es un juego de roles, un teatro donde nos exponemos y aprendemos.
- Nos entramos en un sistema de relaciones que debemos conocer.

[Escriba aquí]

- Somos seres siempre en relación.
- Nos individuamos.
- Somos seres racionales, cognitivos.
- Somos seres en el lenguaje.
- Somos seres imaginantes.
- Somos seres sentimentales.
- Somos buscadores de sentido.
- Somos seres deseantes.
- Somos materia, cuerpo y que desde allí constituimos lo que llamamos alma.
- Somos libres, desde lógicos límites.
- Tenemos complejos.
- El miedo y la inseguridad que nos produce sabernos finitos nos hace persona.
- Tenemos aspectos esenciales que hacen la identidad que somos.
- No tenemos esencias sino que nos vamos constituyendo en la existencia.
- Si vivimos situaciones traumáticas éstas quedan registradas en el cuerpo e influyen.
- Necesitamos y buscamos trascender.
- Estamos entramados en el todo.
- Nuestro cerebro incorpora datos que nos hacen a las conductas que tenemos.
- Tal como percibimos es como sentimos y actuamos.
- Nuestros sentimientos influyen en nuestras conductas.
- Nos importa mucho lo que piensan de nosotros.
- Amar y trabajar son los dos ejes de nuestras vidas.
- Lo que importan son las técnicas.
- Lo que importa es la relación.
- Lo que ayuda es el encuentro.
- Nuestra vida se constituye desde el relato que elegimos.

Desde estas diferencias, entre múltiples otras, se han generado siete grandes movimientos:

- 1- Psicoanalítico
- 2- Comportamentalista ( hoy Cognitivo conductual)

[Escriba aquí]

- 3- Existencial/ Fenomenológico
- 4- Humanístico
- 5- Transpersonal
- 6- Sistémico
- 7- Integracionista

De ellos, de cada uno de ellos, han surgido variadas lecturas y más de 350 escuelas que debaten diciendo, cada una de ellas, poseer la justa verdad y las “técnicas” adecuadas.

Lo curioso e inquietante es que gracias a múltiples investigaciones, realizadas desde 1952 (se calculan cerca de 4.000 estudios) de estos modos de facilitar ayuda, que podemos colocar en distintos anaqueles, cada uno con su nombre, su postura y/o posición teórico práctica, se ha comprobado que:

- Las personas que tienen problemáticas existenciales/vitales y que son tratadas mejoran mucho más rápidamente que las que no son tratadas. Esto marca que son válidas estas propuestas, y me refiero a todas ellas.
- Estas mejorías se sostienen en el tiempo.
- El paciente/consultante/analizado es quien más contribuye a su proceso y que todo depende de su predisposición positiva a ser ayudado y la energía que pone en ello.
- Lo que más colabora de parte del profesional, no es tanto su saber, que por supuesto debe poseer, sino el modo de relación que establece.
- De aquí se ha deducido que los mejores terapeutas, independientemente de su teoría, se parecen más entre sí porque proporcionan a sus asistidos:
  - a) Acogida del otro como un otro semejante
  - b) Calidez en el compromiso afectivo
  - c) Escucha atenta
  - d) Empatía
  - e) Autenticidad
  - f) Respeto
  - g) Consideración positiva
  - h) Pocos juicios de valor acerca de lo que se conversa
  - i) Clima de libertad
  - j) Esperanza

[Escriba aquí]

Como profesionales necesitamos tener una posición, una línea, una estructura conceptual que nos sirva de referencia, un modelo que se ubique en algún anaquel.

Lo importante es que ese modelo no se convierta en un “Lecho de Procusto”<sup>63</sup>, desde el cual para convalidarlo, recortemos aquello que no coincide y que asistamos personas escuchando lo que decidimos escuchar para no confundirnos y que encajen en él.

Por ello, seamos del modelo que seamos, escuchemos al otro desde el otro. Al facilitar, entreguémonos a la adquisición de un mayor conocimiento experiencial, fuente y posibilidad de un abrir el juego de la percepción. Es, desde allí, en donde está el poder elegir lo más libremente que se pueda, desde la mismidad, la vida que se desea vivir.

Basado en lo que vengo describiendo retomo y transcribo un “caso imaginario” que publique en un libro anterior que nomine “*Buscar un lugar en el mundo*”<sup>64</sup>. Me permito incluirlo porque puede ayudar a comprender mi posición ante estas variables en el mundo “psi”.

### **RELATO DE JUAN: DÓNDE ESTÁ JUAN, "EL POBRE JUAN"**

Juan es un paciente o consultante imaginario, que padece de algo que se supone muy grave (no importa aquí qué se supone, el caso es que Juan siente muy mal).

Se ha decidido opinar en simposios, ateneos clínicos, seminarios y congresos de psicoterapia o psicología clínica -también imaginarios- acerca de qué le pasa, qué diagnóstico, pronóstico y tratamiento sería el adecuado para este "caso".

---

<sup>63</sup>Según la mitología griega, Procusto era un bandido que invitaba a los viajeros a pasar la noche. Cuando éstos dormían los ataba al lecho y si sobresalían le cortaba les que le sobraba; y si por el contrario, eran más cortos, lo descoyuntaba, para ajustarlos a ese lecho.

<sup>64</sup> Sánchez Bodas, Andrés: “*Buscar un lugar en el mundo: Relatos y reflexiones hacia el despliegue personal*”, Editorial Del Nuevo Extremo, Buenos Aires, 2001

[Escriba aquí]

En un principio debemos pensar que se sabe existen más de trescientas cincuenta (¡350!) teorías, líneas o formas de psicoterapia reconocidas en el mundo.

Si imaginamos un evento donde concurra un representante por cada una de las líneas, y donde cada uno, con el mismo conocimiento del caso, pueda brindar su opinión, nos encontraremos con trescientas cincuenta hipótesis de verdad posibles. Con seguridad, las discusiones serán muy acaloradas, ya que cada profesional opinante, con las mejores intenciones, demostrará con coherencia (la de su teoría) que lo que sugiere es lo más adecuado para Juan. Si Juan estuviera presente, posiblemente saldría a la calle muy confuso y sin saber qué camino terapéutico tomar.

Si imaginamos ahora un congreso internacional donde hay cien profesionales del mundo "Psi" por cada línea, y en donde también cada uno puede dar su opinión, estaremos ante posibles 35.000 maneras de pensar sobre el caso Juan.

Pobre Juan, si llegara a enterarse creo que preferiría seguir sufriendo, antes que ponerse en las manos profesionales de alguno de ellos. No digo nada si por allí se pudiera preguntarles, vía e-mail, a los miles y miles de psicoterapeutas que hay en el mundo, y estos respondieran desde su propio punto de vista; tendríamos miles y miles de hipótesis de trabajo, quizás tantas como profesionales hay. Pobre Juan.

Sin embargo, tal vez podría tranquilizarse si supiera que la mayoría de las hipótesis vertidas pueden agruparse por lo menos en siete categorías de escuela de pensamiento; a saber: Conductista o Comportamentalista, Psicoanalítica, Humanística, Transpersonal, Cognitiva, Sistémica e Integracionista. Cada una de ellas representa un paradigma y distintas modalidades de acción terapéutica. Pero, nuevamente pobre Juan, porque al poco tiempo habría que decirle que dentro de cada uno de estos movimientos existen instituciones diversas, líderes de opinión, gurúes que concentran el poder, discusiones internas por una u otra cosa, fragmentaciones, luchas de poder.

Es entonces que de siete posibles movimientos (encima, algunos colegas con seguridad me dirán que son muchos más), nos podemos volver a encontrar con



[Escriba aquí]

cientos de variables de opinión sobre el caso clínico de Juan, quien supuestamente está esperando que se resuelva el conflicto, para encarar la ayuda.

Juan está a esta altura muy intranquilo, preguntándose qué hacer y adónde ir a consultar.

Ante su pregunta aparecerán los epistemólogos científicos, gente muy seria que además de estudiar la coherencia de las teorías, de cómo elaboran sus hipótesis y cómo actúan en la práctica, algunos se dedican a investigar la eficiencia y eficacia de las líneas terapéuticas. Ellos nos dirán que hay evidencia científica, producto de investigaciones muy sesudas y costosas, de que algunos modelos terapéuticos se han mostrado más eficaces y eficientes ante casos como el de Juan.

Juan, desde una vivencia de alivio y pensamiento esperanzado, empezará a creer que es posible que le digan qué hacer ante su severo problema.

Estando Juan en ello, tiene la mala suerte de escuchar a otros colegas que refutan -mejor dicho difieren o piensan distinto- en tanto ellos opinan que primero hay que saber qué se considera eficiente y eficaz, cuál es el punto de partida para generar la investigación, cuál es el criterio de salud, dónde está la objetividad de tales aseveraciones, etcétera.

Juan ha sumado a su malestar una gran desesperación, ¡pobre Juan! Pero, por suerte, Juan se ha mudado a una gran ciudad, una megalópolis, imaginemos París, Londres, New York, Los Ángeles, San Pablo, Madrid, Barcelona, y por qué no Buenos Aires, por mencionar algunas en donde el mundo "psi" es muy importante. Allí donde actualmente vive -no importa cuál porque para el caso es lo mismo- existe un movimiento psicológico predominante por sobre los trescientos cuarenta y nueve restantes, el cual posee la mayoría de los adeptos, varias instituciones lo representan con diferencias entre ellas. Pero en concordancia epistemológica, por lo menos se dicen "pertenecer a". Y siendo su pertenencia constituye el criterio de verdad predominante en esa ciudad. Ante esto Juan se encontrará con menos variables posibles, igual serán muchas, pero por suerte no tan disímiles entre sí (¿o me equivoco?).

[Escriba aquí]

Quizás Juan podría irse a dormir esa noche pensando que a la mañana siguiente tendrá una respuesta de tratamiento para su problemática.

Esa mañana el problema será otro: encontrar el profesional adecuado.

Entonces el debate se volvería a abrir, qué es lo adecuado para cada caso etcétera, etcétera. Discusiones bizantinas que lo único que logran es, algunas veces el lucimiento de los expositores, y la mayoría de las veces un aburrimiento compartido entre colegas. Pobre Juan, si se hubiera dejado llevar por su intuición le hubiera ido mucho mejor.

## CARTA PARA JUAN

*Querido Juan; me he enterado de tus avatares, pero voy de una, no te preocupes más, lo que cura es la relación, con un poco de teoría que la sustente, algo de metodología y mucho más de amor y confianza, como energía transmitido desde las actitudes por parte del profesional. Y, por supuesto, casi todo depende de tus ganas de cambiar y transformarte.*

*Cuando decidas tratarte, no elijas una técnica o teoría, elije una persona para que te ayude, ¿y sabes por qué? Porque no existe la verdad, sólo los vínculos que ayudan a encontrar la tuya. No hay ninguna psicoterapia o método terapéutico, mejor que otra; la mayoría de las actuales son coherentes en sus postulados y todas han sido planteadas por algún autor, que como era o es (porque aún vive) una persona, tenía o tiene las limitaciones de su percepción y de su modo de estar en el mundo.*

*Lo que sí existen son mejores o peores profesionales, como en todas las disciplinas. Entonces tienes que buscar el mejor, pero ¿cuál es y qué cualidades tiene que tener?, podría ser tu pregunta... por lo menos, es la que yo haría.*

*Varías años atrás, un equipo de investigadores comprobó que lo que ayudaba era el terapeuta y no las teorías. Se llegó a observar que los mejores terapeutas de distintas escuelas o teorías, eran más parecidos entre sí que los peores y los mejores de una misma.*

*Se decidió que los mejores eran aquellos que al decir de los colegas y de los propios consultantes eran más rápidos en ayudar a que la persona superara sus malestares y encontrara un mejor vivir para sí mismo y los demás; así de simple. Esto era, insisto, independiente del modelo teórico que sustentaran, siempre y cuando él no impidiera por su construcción teórica establecer una buena relación de ayuda.*

*Parece ser que los mejores son aquellos que alcanzan con mayor asiduidad -es decir con mayor cantidad de consultantes- relaciones de encuentro afectivo profundo, sin perder la distancia óptima y utilizando alguna metodología que permita o facilite estar más cerca de la sensación sentida y de la reflexión profunda sobre ella. Parece ser que cuando se logra un clima de confianza óptima, las personas se animan a auto explorarse y la mayoría alcanza a superar sus motivos de consulta y desarrollarse como personas más plenas.*

*También se pudo ver la importancia de los conocimientos, es decir del saber. Pero desde una paradoja: aquellos que son los mejores, en general saben mucho sobre el funcionamiento del alma humana, pero ese saber los ubica en lugar de una humildad tal, que el consultante casi nunca se da cuenta del saber de su terapeuta.*

*Quizás, solo quizás, nunca mejor la frase socrática "solo sé que no sé nada", porque estos profesionales sienten eso de sí mismos y cuando piensan sobre un Juan, de lo único que pueden dar cuenta es de acompañarlo en su camino. Claro que como se saben sabedores del no saber nada, se instalan en el lugar del no saber sabiendo.*

*Casi como un fantasma, pero de los buenos (valga la metáfora).*

*¿Sabes por qué como un fantasma? Porque lo real no existe, se construye en relación, con un otro, en este caso un profesional de la ayuda cuya principal tarea tiene que ser facilitar el encuentro. Solo vale que encuentres tu real y sólo puede ayudarte aquel que no crea que lo tiene para dar.*

*La mayoría de los psicoterapeutas que han comprado el modelo médico, creen que debes padecer alguna enfermedad, y por ello pretenderán curarte de lo que ellos creen que padeces, y cuando hablo de padecer no me refiero a lo que sufres como sentimiento, pensamiento o emoción en juego, sino a la construcción teórica que harán por sobre tu padecer. Dirán por ejemplo que eres un neurótico obsesivo o un fóbico o un histérico, o un bipolar o un esquizo o un..., y una vez que lo digan - en realidad se lo digan a ellos mismos - intentarán actuar para obtener la remisión sintomática, se colocarán en el lugar del saber lo que te hace bien o mal.*

*Sólo si padeces una enfermedad mental es válido que concurras a alguien que pueda curártela desde el lugar del saber médico; aunque también en ese caso y una vez mejorado, es bueno que tengas entrevistas, sesiones o charlas con un terapeuta para rehacer tu modo de vivir, el cual es probable haya colaborado o provocado esa enfermedad.*

*Pero si sufres de la psiquis, es decir del alma, ésta no se enferma, sólo elige modos de expresarse, y algunos modos hacen más incómodo el vivir, o por lo menos lo perturban lo suficiente como para pedir ayuda. En este caso no hagas psicoterapia, salvo que quieras escuchar que estás enfermo y con eso justificar tus sentimientos, pensamientos y actos.*

*A lo mejor te estoy confundiendo de nuevo, por ello te voy a explicar algo más. El concepto de enfermedad está vinculado a una palabra que es *infirmar*, esto refiere que algo ocurre que imposibilita que un órgano cumpla una función para lo cual estaba preparado. Por ejemplo, si el corazón está construido (por la evolución, Dios, o la naturaleza) para cumplir la función de bombear la sangre y hacerla circular por el organismo, cuando realiza bien su función confirma su construcción para ello; en cambio cuando falla, *infirmar* para lo cual fue destinado, es decir la persona que lo porta está enferma del corazón. La tarea de un cardiólogo será la de hacer un buen diagnóstico, elaborar un pronóstico e indicar el tratamiento adecuado.*

*En el plano de lo mental, las psicosis, los trastornos bipolares, algunas fobias graves y la depresión (no la tristeza) parecen entrar -según investigaciones de las neurociencias- en el nivel de las enfermedades, y lo son porque está demostrado que hay fallas en el funcionamiento cerebral que producen esos efectos. En estos casos el cerebro está *infirmando* su función y dificultando el vivir. Si hubo o no causas psíquicas, eso es harina de otro costal, porque una vez declarada la enfermedad hay que tratarla. No obstante siempre es recomendable que en forma paralela al tratamiento psiquiátrico se realicen entrevistas o consultas para revisar el modo de vivir, colaborando con el aspecto médico y ayudando a prevenir futuras patologías. Juan, si lo que te hace estar mal es algo relacionado con la forma en que encarar tu vida, tanto con respecto a ti mismo o en la relación con los demás que te importan, tu problema es del alma, de tu psiquis, y como ésta no se enferma, tienes que consultar -y este es mi consejo- a un profesional que tenga un soporte humanístico, que de todas maneras, y en eso quédate tranquilo, está formado para darse cuenta de si necesitas o no tratamientos para tu mente; en ese caso te derivará y acompañará el proceso contigo. Entonces, ¿a quién elegir? En principio, pregunta a personas de tu confianza, sobre todo a aquellos que se hayan tratado con alguien, pedí referencias, habla con tu médico, con tu sacerdote si eres practicante, con alguien que te oriente.*

*Si no conoces a nadie, déjate llevar por tu intuición cuando pidas un turno ya sea por medio de tu prepaga, obra social o colega que viva en un lugar que te quede cómodo.*

*Si vas por medio de tu prepaga u obra social, es bueno que sepas que allí la mayoría sigue el paradigma médico, hacen psicoterapia de esa manera y encima breve, tan breve como hayan decidido los dueños o directores; desde ya que la variable en juego es el tema costos. Por ahora, no hay ningún sistema de estos que cuente con el tipo de terapeuta que te sugiero, en tanto su paradigma es el de la curación de las enfermedades. Creo que los que dirigen estas instituciones, todavía no se han dado cuenta de cómo ahorrarían costos si contrataran a esta clase de profesionales, además de -por supuesto- mejorar la calidad y ampliar sus servicios.*

[Escriba aquí]

*Sea como sea que llegues a una entrevista, debes saber que tienes el poder de la decisión, que eres el cliente, y que siempre tienes razón. Es obligación ética y moral de cualquier profesional de la ayuda -sea psicoterapeuta, counselor, analista o terapeuta humanístico- explicarte cuál es su método, su postura ideológica y el objetivo en el cual va a trabajar contigo. Si le preguntas prudentemente por su vida, es decir sin querer entrometerte en detalles muy privados, piensa que tienes derecho a hacerlo y él obligación de contestarte. Si vas a poner tu psiquis, tu persona, a su disposición de ayuda, tienes derecho a saber con quién vas a trabajar lo propio, tu intimidad, tus fantasías, tus costumbres, tus actos, sentimientos y pensamientos. Para ser más directo, cuando concurras a una entrevista es una situación de doble vía, el profesional en su función y tú queriendo saber quién es y qué pretende hacer contigo; por ende, cuando se inicia un tratamiento la elección debe ser mutua.*

*Esperando haberte aclarado algo en este momento difícil de tu vida,  
Te saluda,*

*Andrés*

## **ENSAYO 2**

### ***QUIASMA: SOBRE LA PSIQUIS Y LA TERAPIA***

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 Ponty<sup>65</sup>.

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.

---

<sup>65</sup> Merleau Ponty, Maurice (1908-1961): filósofo fenomenólogo francés.

[Escriba aquí]

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 que 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 orgánica, 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.

[Escriba aquí]

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”<sup>66</sup>, 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.

---

<sup>66</sup> “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.



[Escriba aquí]

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.

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 sí, 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.

[Escriba aquí]

Nuestra Mismidad era “ellica”, corporal, pre-reflexiva, experiencial, precisa en su sabiduría organísmica, 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 comportamos.

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.

[Escriba aquí]

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.

[Escriba aquí]

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

[Escriba aquí]

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.

[Escriba aquí]

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

Si facilitamos ese relatar y el auto-acercarse a la mismidad, y logramos escuchar la descripción, chequearla y trasmitir 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

.

### **ENSAYO 3**

#### ***SOBRE EL DESEAR***

Pensar en el *DESEO* me lleva a la palabra como sustantivo y el diccionario lo define como un movimiento del alma que aspira a la posesión de alguna cosa.

Si recurrimos a un diccionario etimológico, leemos que la palabra deseo es un sustantivo que proviene del latín *desiderare*, prefijo intensivo *de* y *siderare*; de *sidus, sideris* (constelación, signo celeste). Entonces, decir “*deseo*” conlleva la idea de transitar, con el fuego de la pasión, hacia lo que está más allá de lo cotidiano, de un ir en busca de un camino humano muy profundo, alejado de la satisfacción de las necesidades mundanas y cotidianas.

Muchos de mis colegas le atribuyen un carácter inconsciente al término. Como una expresión que surge de lo auto-desconocido por la persona, que se manifiesta en conductas sintomáticas y en los sueños. Visto así, el deseo sería el afán de poseer algo, para obtener un determinado placer; entendiendo a este último, como una vivencia orgánica satisfactoria que cuando se cumple, baja el nivel de la tensión que previamente se ha instalado, por la búsqueda de satisfacer ese deseo.

A lo antes dicho, se lo relaciona con el goce, es decir, con la obtención del eterno placer, de un éxtasis en el encuentro con el objeto deseado, encuentro imposible de complacer, de allí la angustia que genera.

Si recurrimos a la Filosofía:

- Se lo relacionaba con la vivencia de estar incompleto, produciendo el malestar de lo humano y desde el deseo la posibilidad de tomar conciencia de la incompletud.
- Como una poderosa fuerza personal.
- Como un esfuerzo vital básico de lo humano.

[Escriba aquí]

Aquí nos encontramos con dos posiciones opuestas, muy distintas entre ellas, que se manifiestan en lo cotidiano de ambas maneras. Lo cual valida a ambas, aunque la cuestión es cómo cada uno de nosotros se hace carne en una de ellas, siendo esto, un tema que los profesionales de la ayuda debemos considerar.

- Una posición dice que el deseo se basa en la carencia, en lo que falta, en lo que no se tiene y se desea tener en un futuro. Cuando ese deseo se cumple, ciertamente hay un goce, pero momentáneo, ya que deja un vacío (angustia) que empuja a la búsqueda de otro deseo.
- Otra posición se basa en el deseo como una fuerza que pugna por expresarse en el presente. Implica la satisfacción por lo que se tiene, porque se desea lo que se tiene, porque lo que se tiene se desea, y desde esa posición se busca mayor bienestar.

Ambas, como dije, se manifiestan en lo cotidiano de cada uno de nosotros. La diferencia sustancial es que la primera conlleva al vacío, a la nada, a la angustia; la segunda nos permite potenciar lo que hacemos y somos, y abrir el juego a momentos de felicidad y/o plenitud existencial, sean en el presente que como seres inmanentes que somos, o en un futuro que se basa en este hoy.

La primera se apuntala en que deseo lo que no tengo y quiero tener.

La segunda va hacia el deseo de lo que tengo y de lo que deseo sostener y enriquecer, buscando lo que lo complementa y mejora.

Para algunos filósofos, el *deseo* se presenta, como una pasión que nos invade, sobre la conciencia de sí mismo, de manera no racional.

Para otros es un apetito que se hace consciente, de manera perseverante. Es por ello, que se impone insistentemente, de manera casi irrefrenable, hacia la búsqueda de darle satisfacción. Este apetito motivará en un caso, la búsqueda de lo que falta; en otro sentido, la afirmación de lo que ya se posee.

Dijimos que estamos ante un movimiento del alma (psique): existe un deseo que pone en marcha la acción de satisfacerlo. Esto es, el alma posee una aspiración, (que según sea su origen estará vinculado a algo supremo, superior como lo universal) que se asocia con lo placentero. No se desea sufrir sino



[Escriba aquí]

gozar, y el gozo aparece cuando se concreta en acciones precisas. Esto nos lleva a pensar en el *deseo* como verbo.

*Verbo desear*: posibilitar, abrir el juego a las acciones que todo verbo implica. Poder pensarlo como conductas concretas que implican la necesaria realización de aquello que se verbaliza o imagina como un deseo.

Todo deseo y acción desde él mismo, apunta a la obtención de algo que produce placer, satisfacción, plenitud, goce; en cambio la satisfacción de necesidades, si bien puede producir estas sensaciones, no posee en sí misma ese objetivo, como eje central.

Es imposible poder pensar un deseo de sufrir en sí mismo, como un buscar adrede el padecimiento. Un masoquista se causa a sí mismo dolor porque de esa manera obtiene placer, no porque pretenda hacerse daño. Un suicida desea matarse, para aliviar su padecimiento, paradójicamente, busca el placer o la quietud que supone encontrará después de muerto.

Todo deseo y sus acciones, buscan un bien mayor, en cambio, la satisfacción de necesidades, si bien puede ocasionar “un sentirse bien”, es de corto alcance, una gratificación momentánea.

Resumiendo:

1. El *deseo* está vinculado al existir.
2. La *necesidad* está asociada a la supervivencia.
3. El *deseo* implica una búsqueda, una acción activa motivacional vital, existencial, inmanente, para la persona que lo logra percibir.
4. El *deseo* es: voluntad, poder, energía, impulso.
5. El *deseo* es: lo propiamente humano de la Pulsión Vital, de la Tendencia Actualizante, del Elan Vital.
6. El *deseo* va hacia adelante, expresa lo que está siendo y/o vendrá. Desde él, el organismo humano busca cubrir una carencia o sostener lo que tiene y mejorarlo.
7. El *deseo* imprime un sesgo a lo humano y nos brinda, una gran posibilidad de repensarlo, incorporarlo y leerlo de múltiples maneras.

[Escriba aquí]

Y ahora estamos en un pensar múltiple, en aquel que nos remite a su etimología y que nos lleva a variadas formas de sentirlo y conceptualizarlo.

Veamos nuevamente:

Cuando tomamos la noción de movimiento del alma, estamos ante un algo que se observa, que se percibe, tanto en sí mismo como en los otros. Por ende, incluye la idea de motivación, y eso se expresa en el uso cotidiano, en el lenguaje habitual, y es allí donde podemos verlo encarnado. Es decir que, si bien surge de lo incognoscible, de lo pre-reflexivo, se muestra en las palabras, en el lenguaje que remite a acciones, en conductas, en comportamientos, en los sueños. Podemos darnos cuenta de su presencia, pues se presenta como esa mínima porción que observamos de un iceberg. Ante su aparición sólo debemos decidir qué acción tomar, para permitir o no que fluya.

Eso que vemos y que nos remite a la idea de *deseo*, le hemos puesto diversos nombres que aluden, más o menos a la misma noción, con los matices que sólo las personas podemos darle.

Estas denominaciones, aparecen debido a la multiplicidad de circunstancias que los humanos vivenciamos y que podemos identificar, en algunos casos, como sutilmente diferentes.

Y ella son: el *Deseo* - la *Apetencia* - la *Aspiración* – la *Avidez*- el *Capricho* - el *Antojo* – la *Codicia* – el *Afán* – la *Envidia* – el *Anhelos* – el *Ansia* – las *Ganas* – el *Gusto* – la *Pasión en general* – la *Ambición* - la *Pasión Sexual* – el *Interés* - *etcétera*.

Nosotros lo vemos como: La *Pulsión*, la tendencia auto-actualizante (en tanto es consciente) que compele hacia la vida, con la fuerza que posee, y como una mano que nos conecta con esa energía.

De aquí la idea de que sólo deseamos desear es existir como personas, y eso es factor común de la nostridad que somos.

Todo deseo tiene un sólo propósito, servir a la pulsión, para vivir como humanos y para que nos haga alcanzar niveles más plenos de existencia. Es por ello que nos sentimos mejor cuando reconocemos los deseos como propios y los

[Escriba aquí]

podemos cumplir desde la mismidad que somos. En cambio, se nos presenta un malestar definido de desazón, cuando no logramos cumplirlos o los sometemos a la voluntad de otro, sea ese otro una persona, el entorno, las costumbres, otro hábito o algún condicionamiento que nos adormece.

Todos los deseos, como dijimos, provienen de la mismidad de cada uno de nosotros, y la mismidad humana común (nostridad) que somos.

Por ejemplo el deseo de ser tomados en cuenta, de amar y ser amados es común a toda la especie humana. La forma, el modo, en que eso se expresa, dependerá de la historia constitutiva de la mismidad de cada uno de nosotros.

Recordemos que “el Yo”, emerge como co-construcción vinculada a la adquisición del lenguaje en la socialización, y lo que nomino “el mí”, “la mismidad” está sujeto a la experiencia, a lo vivido, al cuerpo, a la carne que siente e incorpora vivencias en sí misma.

Ambas instancias como metáforas teóricas, implican y se cierran en aquello que se conoce como “noción de sí mismo”, y que refiere a una síntesis que hacemos de lo vivido, que sentimos como propio y nos brinda un sentido de identidad que permanece durante toda la vida.

Conclusión:

- El *deseo* es la forma en que la pulsión vital humana, la tendencia al desarrollo/crecimiento, se expresa como una fuerza (*conatus*) que emerge de la conciencia encarnada que somos.
- Hechos de carne y espíritu distinguiéndonos, así, de entre todas las criaturas.
- Por lo tanto es orgánico, está biológicamente colocado en nuestra impronta de especie. Por ello, si bien es inmanente, está sociológica y políticamente impregnado por la socialización epocal, y psicológicamente inserto en nuestra noción de sí mismo (mismidad-yoicidad- nostridad: quiasmáticamente entramadas).

Integrando los conceptos podríamos decir que la Tendencia al Crecimiento o Tendencia Actualizante es la fuerza motivacional de lo vivo. El *deseo* es el

[Escriba aquí]

modo humano que genera esa búsqueda y por lo tanto desde la noción de sí mismo, impregna pulsionalmente a la tendencia y el organismo.

Ahora bien, si entendemos este concepto a la luz del Enfoque Holístico Centrado en la Persona, observamos:

1. la noción de Tendencia Autoactualizante, en tanto estamos constituidos desde el lenguaje desde el cual se genera el Yo, que está subsumido por el Mí, haciendo la noción de sí y por lo tanto superadores de las necesidades siendo “seres deseantes”. Esta cualidad nos diferencia de los demás seres vivos, en tanto que son solamente “seres necesitantes”;
2. el *deseo* como idea, como concepto nodal de lo personal, confronta con el hecho de que gracias a la palabra podemos expresar lo que deseamos, podemos hacernos escuchar y por lo tanto atender lo que la carne que somos nos pide;
3. el lenguaje, hace al Yo, y éste por estar referido a otro que lo hace ser, distorsiona inevitablemente lo que el cuerpo manda. Es entonces que, a través de la palabra, el Yo y sus deseos, se filtran, se tergiversan, se ocultan, se hacen personaje, se enmascaran.

De esto se desprende una aparente contradicción: *la palabra oculta y la palabra muestra*. El deseo es buscado en terapia desde un lenguaje que encubre y revela al mismo tiempo, es como el *yo* necesario para estar en el *nosotros*. Es paradójal porque si ese *yo* se hace demasiada figura, nos encapsula y nos aleja del otro. Porque el Yo se entrama como capas geológicas, napas, presente en lo irreflexivo, estando allí, y al mismo tiempo se aleja de la conciencia reflexiva, dificultando el “darse cuenta” y de la responsabilidad subyacente.

En esa instancia, es que necesitamos ubicarnos terapéuticamente, para poder ayudar a nuestros consultantes, a darse el permiso de revisar sus deseos.

Esta revisión conlleva cuatro preguntas:

- 1- que quiero/que deseo
- 2- que puedo/que potencialidad poseo
- 3- que conozco/que se
- 4- que soy/quien soy

[Escriba aquí]

Preguntas que siempre están explícitas o implícitas en todo proceso terapéutico que se permita ser profundo, preguntas que también son las nuestras y que se comprometen en tanto nos comprometemos en la empatía vincular que sostengo. Allí están nuestros deseos entramados con los de nuestros consultantes y nos obliga a una revisión constante de los mismos.

## **ENSAYO 4**

### ***METAPSIKOLOGÍA DE MI POSICIÓN TERAPÉUTICA***

Este cuarto ensayo, retoma aspectos de los anteriores con la idea de fundirlos en una síntesis que pretende describir la postura teórica que sostengo como terapeuta, abriendo el juego hacia el quinto ensayo donde describiré su puesta en práctica. Su nombre, “metapsicología”, lleva la idea de una ampliación integrativa de disciplinas y ciencias que enriquecen y confluyen en el quiasma epistemológico que sostengo y me sostiene.

Parto de la obviedad de que cualquier tipo de ayuda psi, terapia, análisis, counseling, no debe descuidar la importancia de comprender que quien tenemos delante pidiéndonos ayuda necesita:

- Explorarse
- Conocerse
- Revisarse y adquirir mayor información sobre sí mismo.

Es desde aquí, desde donde planteo un escuchar al otro desde el otro y al facilitar, entregarnos a la adquisición de un mayor conocimiento experiencial, fuente y posibilidad de una mayor apertura de la percepción. Lo cual posibilitará el poder elegir lo más libremente que se pueda, la vida que se desea vivir.

Los conceptos que se podrán leer, surgen de mi experiencia. Por lo tanto infiero que, en toda consulta, sea cual fuere el tema/conflicto/problema, que plantea el cliente en su demanda de ayuda, está, explícita o implícitamente, la pregunta por su Mismidad (aquello esencial y constitutivo de cada uno de nosotros) y las ganas de liberar deseos adormecidos que traban y/o dificultan su vida.

[Escriba aquí]

Pregunta que surge de su condición humana, condición de existente, que sale de sí para mirarse como un ente que se pregunta por el ente que se *Es*, siendo la única criatura viviente que puede hacerse esta pregunta.

Es nuestra manera de estar con el mundo, nuestra esencia, la del ser un que sale de sí, para estar con el otro constituyéndose en relación, por ello no sólo vive, sino que existe (de *existere*: ir hacia).

Existir es estar en permanente búsqueda del sentido de lo que hacemos y de lo que somos. En ese transitar nos vamos haciendo en texturas, en entramas del Ser, desde la mismidad, eligiendo y transformándonos.

El cuerpo marca el camino, lo orgánsmico elige en el acontecer que estemos, plenos de variables que influyen al unísono (quiasmas) y que emergen en conductas/vivencias y comportamientos, que se tramitan como una transducción.

La pulsión vital/ tendencia auto-actualizante, compele y pugna por expresarse en un despliegue que nos personaliza, en y hacia un proceso de génesis que impulsa, al individuo que empezamos siendo, hacia la individualización/personalización.

Instancias que en nuestro caso suponen:

- 1) Pulsión/tendencia que se despliega en todo organismo para superar la entropía y seguir viviendo.
- 2) Pulsión/tendencia que en lo humano es atravesada por la simbolización que implica la posibilidad de elegirse y de buscar su lugar en y con el mundo al cual fue “arrojado”.
- 3) Pulsión/tendencia como energía/conatus que como una voluntad de poder, “elan vital”, coraje de existir y de ser, tiende a la vida y a la necesidad de sentir y de revisar cada acontecer y suceso que vivencia.

Vivencias que cuando son hechas palabras, racionalmente reconocidas como tales (significadas), constituyen nuestros sentimientos y deseos.

Transito vital que en ciertas circunstancias se traba, se frena, se auto-impide, se siente amenazado y se defiende replegándose, haciendo síntomas, generando

[Escriba aquí]

dificultades, angustia, miedos, tristezas que se anquilosan, en problemas comunicacionales o confusiones existenciales, desde las cuales el organismo como un todo, expresa lo que le pasa. Situación ésta, que posiciona a la persona en la necesidad de pedir ayuda.

Por ello toda terapia, sea cual fuera la línea, posee como base la adquisición de mayor información sobre sí mismo. *(Debo aclarar que cuando digo información, no me refiero solamente a datos o elementos de índole cognitivo/racional, sino que me remito a un acercamiento experiencial que incluye todo lo que se vive y se es).*

Todo lo que el cuerpo que portamos ha incorporado está a nuestra disposición, para hacer con ello, lo que decidamos emprender, cuando nos adueñemos de nuestra mismidad.

Adueñarse de la mismidad, implica integrar, en forma transductiva, el presente que siempre estamos viviendo, la individual subjetividad que somos desde que nos concibieron hasta el hoy que estamos siendo, y el imaginario futuro que devendrá, y que seguirá siendo presente cuando llegue.

Nos sabemos seres esencialmente sentimentales, en tanto significamos lo que nuestro cuerpo mamífero nos informa como emociones, las cuales simbolizamos dándole un sentido reflexivo.

Y es, en esta instancia, en donde como seres vivos, llevados hacia la concreción de nuestros potenciales deseos humanos, se unen en:

- la historia que nos antecede y que hoy es memoria.
- el presente que es experiencia vital.
- El futuro con la capacidad imaginaria que poseemos.

Esto es posible, porque nuestra constitución biológica nos ha dotado de la percepción, que no sólo nos permite captar el todo y dar significados, sino sobre todo, conectarnos, como y desde la especie que somos, para superar la entropía<sup>67</sup> y generar neguentropía<sup>68</sup>.

---

<sup>67</sup> Teoría de los Sistemas: Concepto tomado de la 2° Ley de la Termodinamia que dice que existe una tendencia general de los acontecimientos en la naturaleza física que apunta a estados de máximo desorden, fenómeno producido por una energía que se libera llamada ENTROPÍA.

<sup>68</sup> En los sistemas abiertos hay un mecanismo de control por el cual el sistema tiende a subsistir y restablecer el orden, por medio de una energía llamada NEGUENTROPÍA (sintropía o entropía negativa).

[Escriba aquí]

Somos materia viva que se constituye como una estructura que denominamos organismo y que se “alimenta” de entropía negativa, es decir, liberándose por sí mismo de aquella entropía que inevitablemente se produce por ser materia.

Los organismos poseen la propiedad de organizarse para superar la entropía, generar entropía negativa y de esta manera, lograr mantener un cierto orden preexistente, evitando así rápidas degradaciones y posibilitando el desarrollo de su potencial.

La posibilidad de producir un nuevo orden a partir de un orden anterior, es una cualidad de lo vivo que se observa como un “mecanismo” desde el cual logra absorber “material” del medio ambiente, “metabolizarlo” y devolverlo degradado. Esta cualidad es ecológica<sup>69</sup>, ya que ese deshecho no se pierde, pues las otras materias vivas se apropian de él para absorberlo y sostener sus vidas.

Para lograr el equilibrio, se alimenta de neguentropía (entropía negativa) liberándose de la inevitable entropía que produce mientras vive.

Es así que nos encontramos con un intercambio energético diferente a lo no vivo en el cual la entropía prevalece y deteriora paulatinamente, dado que lo vivo se auto sostiene en interacción con lo vivo y en lo que denominamos el ecosistema, en y desde el cual se genera una espiral recursiva de sostenimiento mutuo.

Esta manera de sostenerse que se denomina homeodinamia y evita la homeostasis<sup>70</sup> propia de lo no vivo que conlleva a un equilibrio inerte.

Aquí estamos ante un enigma que todavía la ciencia no ha podido descifrar: existe un tipo de materia que además de desplegarse en sí misma, se procrea y continúa, en otro individuo de la misma especie.

Es por ello que aparecieron ideas que pretendieron explicarlo atribuyéndolo a una “*fuera vital*”, “*elan vital*”, “*pulsión de vida*”, “*tendencia actualizante*”. Estos conceptos se han basado en la observación empírica, a través de la cual se percibe que: *cuando un organismo vivo logra interactuar adecuadamente*

---

<sup>69</sup> Ecológico: se dice que un suceso es ecológico cuando no daña el medio ambiente, ni se opone al legítimo desenvolvimiento de las relaciones en la naturaleza.

<sup>70</sup> Homeostasis: proceso por el cual un organismo mantiene constantes sus parámetros fisiológicos.



[Escriba aquí]

*con su medio ambiente, adueñándose de aquello que le es útil en función de su programación natural, tiende a vivir positivamente.*

Conceptos que como tales son abstracciones que ayudan a comprender pero que no implican verdades en sí mismas, sino que son solamente metáforas que sirven para proporcionar algunas explicaciones sobre la experiencia misteriosa que es la vida.

Sabemos, eso sí, que los vegetales, los animales (entre ellos nosotros), son seres naturales que reproducen las leyes de la naturaleza de acuerdo a su propia condición, aquella que los entrama en concordancia y en interrelaciones, desde y con las características de la estructura orgánica que poseen.

Es así que el ser humano sale al mundo con cuatro vivencias orgánicas potenciales básicas:

- 1- De alegría al sentir que alcanza lo que necesita.
- 2- De amor al encontrar el contacto que lo preserva.
- 3- De tristeza al sentir una pérdida de lo que espera.
- 4- De miedo al sentirse amenazado en su integridad.

Vivencias que sustentan toda la vida psíquica en tanto constituyen la mismidad basal. El inter juego de las cuatro constituye nuestro ser experiencial y nuestro devenir existencial, inevitablemente, las transita.

Desde allí surgirán las distintas emociones y sentimientos que como especie poseemos potencialmente, aquellas que se denominan primarias o universales y que se suman a las ya dichas: la ira, la sorpresa y la repugnancia.

Se agregan a éstas, aquellas que aparecen en la socialización, en el aprendizaje social - dependiendo del medio que vivamos - y que son: la vergüenza, la culpa, los celos, la autoconfianza, por mencionar sólo algunas.

A su vez el humano que esta denominado como sapiens sapiens. Esto es, porque además de lograr sobrevivir y procrearse como cualquier otro ser vivo, adquiere por sobre el primer “sapiens” que es propio de los primates más desarrollados, un segundo “sapiens” que remite al cerebro superior o neocortex.

[Escriba aquí]

Este componente propio de los humanos le posibilita tener la potencialidad de adquirir la capacidad de:

- Auto conocerse (saberse y preguntarse a sí mismo)
- Hablar (adquirir el lenguaje secundario)
- Imaginar (percibir imágenes y proyectarse)
- Percibir (dar sentido a las sensaciones y las emociones)
- Razonar (reflexionar lógicamente)
- Simbolizar (significar y valorizar)

Desde todas estas vivencias básicas y cualidades, propias del cuerpo que posee y le brinda, sale al mundo objetual y social que lo antecede, con el cual se irá co-constituyendo.

Ese cuerpo, que sigue las leyes de la naturaleza, posee una impronta cuaternaria:

- Biológica
- Social
- Psíquica
- Espiritual

Una impronta que lo hace ser naturalmente no natural, en tanto, desde su posible creatividad, puede elegirse y proyectarse más allá y más acá de lo dado, agregando a la satisfacción de sus necesidades para poder sobrevivir, la expresión de su cualidad deseante que lo pro-mueve como el humano que es:

- Porque piensa: decide y elige.
- Porque percibe: simboliza y significa sus emociones es un ser sentimental.
- Porque busca: sale al mundo, vive en presente, recuerda, proyecta, y existe (va hacia), superando el solo vivir.

Nace producto del deseo de padres, ha vivido una vida fetal que va haciendo las bases de quien será, se contacta con el otro como otro que aún no se sabe a sí mismo.

Busca dar su afecto y ser afectado en los contactos con sus semejantes.

Todo ello y más, fundamentalmente: porque *desea*.

[Escriba aquí]

Mientras deseamos, estamos vivos y existimos, reorganizando el mundo que nos toca, y fundándonos creativamente como quienes queremos ser.

Esta “fundación” se logra, gracias a que el cuerpo en el que somos mientras estamos vivos, posee la posibilidad de ser transductivo. Es decir ese poder de transformar una señal, un dato, una experiencia, en otra de distinta naturaleza: una emoción en sentimiento; una vivencia pre-reflexiva en otra reflexiva; un dato de la memoria en un presente que la vivencie de otra manera; un proyecto imaginario en conductas actuales, o un trauma o conflicto en una experiencia de aprendizaje positivo.

A su vez en ese proceso irá integrando, cada uno a su modo, el cómo trasmite momentos alegres, tristes, de miedo y de amor.

En tanto tenemos esa posibilidad podemos aspirar a cambios y transformaciones. De no tenerla estaríamos hechos de una manera, predeterminados por nuestra historia, condenados a ser como nos hicieron, productos de un destino inmodificable.

Esta es un modo de entender la rigidez perceptual, que a veces nos invade, en algunos aspectos de nuestras vidas, y que producen malestares, síntomas y patologías. Es decir, en determinadas situaciones disminuye esa capacidad transformadora y quedamos detenidos.

Si quedamos estancados, la pulsión vital, la tendencia al desarrollo, se frena, el organismo hace ese registro y nos avisa desde sus dolores físicos y/o psíquicos.

Es interesante observar, como el psiquismo, no es ni pura interioridad ni pura exterioridad, sino permanente diferenciación e integración. Lo que llamamos conciencia, es un acto transductivo que liga al sujeto y el mundo, desde lo que se denomina subconsciencia, siempre y cuando se sostenga el organismo como un sistema metaestable.

Como ya he insistido, me apoyo en la idea de que somos una entrama, un quiasma, que fluye y se muestra en la interacción individuo/mundo como una totalidad resultante de múltiples variables, que se hacen uno en la persona/individuo, en constitución permanente.

[Escriba aquí]

Siguiendo con esta idea, lo que se denomina la intimidad del individuo, no está en la conciencia pura de la clásica psicología, ni el inconsciente freudiano, sino en el espacio intermedio (metaestable) que llamamos subconsciente o preconsciente. En este espacio es adonde se expresa lo afectivo/emotivo, siendo un estado intermedio entre lo pre-reflexivo y lo reflexivo, propio de la mismidad, enlazada con el otro, que es el mundo.

Está muy claro, para mí, que “somos seres en y con el mundo”, que al significar las emociones nos hacemos sentimentales y nos acerca a una zona intermedia, en donde prima la afectividad/emotividad. Es desde allí, de donde emerge la importancia del concepto de experiencia.

Este concepto, engarza todo lo que venimos diciendo. En esa zona intermedia habita todo lo que somos y que se da en un presente vivido. Por lo tanto, todo análisis de lo *individual* debe dirigirse a ese punto central, al quiasma en donde se constituye como tal.

Lo individual, ¿qué es lo individual?: es todo aquello que se hace indiviso, en tanto partes que se han integrado y hacen un todo que funciona de una manera. Este modo lo hace ser lo que es, más que la suma de sus partes, siendo éstas un todo en sí mismas, con diferentes propiedades que el todo que forman.

El individuo, que sentimos que somos, es una idea de sí mismo que desde hace solo unos quinientos años se le llama Yo. Noción que en la antigüedad no existía. Se pertenecía a agrupaciones, se era lo que se era, en tanto participación en una comunidad. Y desde que se estableció la idea de Yo, es que nos creemos que somos lo que no somos, nos alejamos de la mismidad y de los otros.

Es por ello que es bueno insistir que somos un cuerpo, una integración de órganos, que se relacionan sistémicamente con otros órganos, cada uno intervencido por células, y ellas constituidas por elementos físico-químicos, que las hace ser las células que son diferentes entre sí pero propias de cada órgano.

Desde ese cuerpo, que hace nuestra consciencia de sí, vamos perteneciendo a un grupo humano, una familia, una sociedad, un barrio, un país, el mundo, variados e indivisos, en tanto constituidos por personas, que tienen una

[Escriba aquí]

historia, un presente y un proyecto juntos, adquieren una identidad de funcionamiento, que lo hacen ser lo que son.

A su vez estamos y somos en el universo que conocemos, desde lo más pequeño que hasta el momento se ha descubierto y que denominan *quarks*<sup>71</sup>, hasta los planetas, el sol, las estrellas y el todo que por ahora sabemos, y que lo estructuran como un universo en sí.

En esa entrama, se va generando la individuación que nos hace percibir que somos siendo individuos, en tanto constituidos por todas las partes de nuestro cuerpo, de nuestro entorno, de nuestra familia, de nuestra historia, del grupo al cual pertenecemos, del mundo, del momento histórico en que nacimos y en el cual participamos activamente, desde el sujeto que somos y desde nuestra cualidad.

Estamos entramados en una membrana móvil, desde donde vivimos en y con los demás, siendo nosotros en sí mismos, al mismo tiempo.

Es por ello que, pensando en lo que es un encuentro terapéutico, acuñé el concepto de *empatía vincular*, como idea nodal del mismo. Idea que lleva a la relación de ayuda, entendiendo que, en la misma, desde un comienzo son dos supuestos individuos, sea uno de ellos una persona, una pareja, una familia o un grupo, y otro supuesto individuo, el terapeuta, reunidos en una instancia que también tiempo atrás (en otros de mis textos) di en llamar “*confluencia de conciencias*”, en donde la relación psi, se hace indivisa mientras dura.

Para ser más claro, si bien hay consultante/s- consultado y esos son roles que deben estar bien diferenciados, la idea de empatía vincular, implica observar la relación terapéutica, como un vínculo tripartito, que se auto-constituye en el transcurso de los encuentros, como tal.

Aquí, hablamos de tres instancias: Consultante/s- Consultado- Relación.

Instancias que fluyen, que se interconectan. Las intervenciones profesionales se dirigen a las tres, a veces haciendo figura en una de ellas y otras en las demás. A veces la intervención profesional se dirige al discurso, al relato, a la vivencia del consultado. A menudo orientadas a una puesta en común de lo que le

---

<sup>71</sup> Quark: según la Real Academia Española: se trata de un concepto que se emplea en el ámbito de la física, para denominar una clase de partícula elemental, constituyente de la materia.

[Escriba aquí]

acontece al profesional en ese vínculo, y otras veces, a lo que genera en ambos lo que acontece y se experiencia allí, en el encuentro.

Esta idea cambia el concepto de relación terapéutica, ya no es desde un alguien que cuenta, otro que escucha e interviene (al principio, debe ser así, es inevitable), sino que lleva hacia un espacio de experiencia compartida y comprometida que como dije anteriormente, nominé como confluencia de conciencias.

Si este modo se instala, podremos lograr que las personas que consultan puedan:

- Conocerse mejor
- Contactarse con su propia experiencia y entramarse con su mismidad, como si fuera la mismidad de los otros-nosotros y la nostridad de estos otros-nosotros como si se tratase de su propia mismidad.
- Generar que la conciencia pre-reflexiva se signifique de una nueva manera, y lograr un acercamiento a eso deseado en la mismidad, y darle cabida en lo concreto de la vida que existimos.

Si reflexionamos ese proceso desde una base ideo-filosófica montada en la no-directividad, podemos incorporarlo en lo que he dado en llamar “*conversaciones personalizantes*”, desde donde facilitamos personalizar el problema, el significado, el sentimiento y la meta.

Personalizar el problema, es darse cuenta qué nos pasa y nominarlo. Ponerle nombre es empezar a darle sentido, hacerlo “real” y enfocararlo.

De esta manera tomamos “*el problema de consulta*”, como una luz en el tablero que nos indica que algo anda mal, por eso nos consultan. Al nombrarlo nos ubicamos y vemos como transitar la consulta, digo vemos, porque incluyo a ambas partes de la relación: *el consultante*, y *el consultado*.

Personalizar el significado, es abrir el juego, al darse cuenta de lo que implica en lo profundo del consultante, más allá y más acá del problema en sí mismo, que en la mayoría de los casos, es la puerta de entrada a lo íntimo, a la mismidad.

Personalizar el sentimiento es ir hacia la vivencia emocional/sentimental que sucede y acontece en la relación terapéutica (en ambas partes).

[Escriba aquí]

Personalizar la meta es tener claro adonde se desea ir y facilitarlo; camino que empieza en la primera consulta y luego se va desgranando en aspectos que florecen en lo vincular.

No debemos desconocer, que el sustento de toda consulta, y de todo proceso que pretenda ser intenso y trascendente en la reflexión, está en el caminar hacia los deseos no reconocidos, no percibidos, negados, dificultados, trabados, distorsionados por el diario vivir, excluidos por el temor a existir, y que por lo tanto nos priva de la dicha, del encuentro de un sentido que exprese la alegría de existir.

Facilitar que el que consulta se exprese en libertad, que perciba de nosotros una vivencia de apego emocional, que fluya en el auto- reconocimiento experiencial y cognitivo, puede favorecer acercar lo yoico (el personaje) vinculado a las satisfacción de necesidades, a lo mísmico (la persona). Es desde aquí de donde emerge lo deseante en tanto sentido vital, expresado en y desde la noción de sí mismo, como palabras y conductas ligadas a las pasiones que de expresarse nos hace sentir más plenos.

Esta búsqueda de plenitud, de expresión de lo deseante, del apasionarnos, es conveniente canalizarla desde la aceptación de lo que soy y tengo, y por ende, ayudar a darse cuenta de la insatisfacción que producen aquellos deseos basados en la carencia.

De esta manera podemos comprender el mal-estar y el bien-estar.

- el primero en el marco de vivencias de tristeza/bajón anímico/ miedo.
- el segundo en alegría/ subida anímica y amor.

Desde la tristeza y el miedo existe una predisposición hacia búsquedas desde la carencia Desde la alegría y el amor, de un presente que se acepta y se refuerza, se emprenden nuevas búsquedas de otras instancias que nos apasionen y nos lancen a una vida más plena.

Instancias, sucesos, acontecimientos, hechos, que nos permitan conectarnos con el mundo *siendo seres en y con el mundo y para con la vida.*

Estamos ante un modelo de ayuda que se apoya en la Descripción Fenomenológica, seguimiento del discurso/relato que apunta al abrir la percepción a la revisión de los constructos. Y éstos están allí, como las capas

[Escriba aquí]

geológicas, que conforman la tierra, en trazos que parecen ocultos, solo en apariencia, porque están entrelazados en lo que se ve. Fenomenológicamente ayudamos a percibirlo y develarlo, de la mano del que consulta. Se encuentran ahí, no sospechemos de esto.

Lo que se ha denominado oculto, por debajo, reprimido, no dicho, negado, escotomizado, no aprendido, perturbado, hecho síntoma, nosotros los vemos “trazados” “facetados”, en el hoy que somos, están aquí en la carne.

Generemos un espacio de ágape, de recepción incondicional, que le permita revisar sus condicionales valorativos, adquiridos en las relaciones interpersonales previas a la consulta.

Dejemos que el cuerpo hable, que describa con la palabra y el gesto, y encuentre qué experiencia tramita con lo que vivencia.

Este “trazado” tiene pliegues como telas superpuestas y/dobladas sobre sí mismas con un parecido a las capas geológicas, por ello algunas son más antiguas de distintos materiales y en un recorte de una montaña están más abajo, en eso podríamos decir que son más profundas.

Esto se da fijamente en la materia, pero no en los seres vivos en general y mucho menos en nosotros los humanos donde todo está aquí presente, ni más abajo, ni más arriba, ni más atrás ni más adelante.

No niego, por esto, que el pasado nos ha estado constituyendo, y tiene que ver con lo que lo que somos hoy, así como también el futuro, el proyecto nos hace el ser que somos hoy. Y por ello digo:

- *El pasado es memoria.*
- *El futuro imaginación.*
- *El presente un fluir de lo que se experiencia que integra y que hace ser lo que somos cada día.*

Lo que vale tomar (sin negar el pasado vivido ni el futuro proyectado) está en la experiencia de hoy y a ello dediquemos la escucha y nuestras intervenciones.



[Escriba aquí]

Esta experiencia del hoy que somos siempre se articula en un punto intermedio entre variables extremas, por ejemplo:

- Lo triste lo alegre
- El miedo el amor
- Lo oculto lo manifiesto
- La mismidad la yoicidad

Entre esas dicotomías, en un intermedio que las incluye, transita la vida humana con todas sus variables y cuando “la balanza” se inclina demasiado, hacia uno de los extremos, sufrimos o gozamos mucho. Este “mucho” produce descargas o sobrecargas, que no favorecen una vida vivida satisfactoria.

Nuestras intervenciones, deben dejar fluir lo intermedio, deben orientarse hacia allí, y de ser posible, tener el sentido, de transitar hacia una metaestabilidad.

- Entre lo triste y lo alegre están los sentimientos cotidianos.
- El miedo nos aleja del otro, el amor nos encuentra con el otro.
- Si nos encaminamos sólo hacia lo desconocido, nos alteramos; si solo permanecemos en lo conocido, vivimos una vida pobre y sin creatividad.
- Si nos dejamos estar, sólo en lo mísmico tendremos problemas socio adaptativos, si nos atrapa lo yoico seremos una máscara inauténtica.

Se nos consulta, se nos demanda ayuda, por algún tipo de sufrimiento y entregarse profesionalmente a una mismidad compartida ayudará, casi siempre, a revelar el sentido vital que no puede expresarse.

Todo sufrir existencial, deviene entre las cuatro vivencias más arriba mencionadas (alegría, amor, tristeza, miedo), en su inevitable inter juego.

Más aún, estoy convencido que todo aquello que llamamos “sano” o “enfermo” emerge de allí, del cómo se hace figura o fondo alguna de ellas, y sobre todo del cómo logramos o no, amar y ser amados.

No olvidemos al niño que hemos sido, que necesitamos, para seguir vivos, dar y recibir apego emocional/sentimental de nuestros padres.

No olvidemos, que ese “niño”, sigue en nosotros, siendo adultos. El apego relacional es la clave para existir sanamente.

[Escriba aquí]

Si lo podemos brindar, como terapeutas, parte de la “batalla” por la salud, y el desarrollo personal, estará ganada.

Para ello, he constituido un modelo de la ayuda, que surge de mi trabajo profesional, iniciado en 1973.

Un modelo, que hoy podría describir como: “*Holístico Relacional Fenomenológico Existencial*”.

Un modelo, que posee esencialmente una actitud, y una metodología, que la sustenta.

Un modelo que basa su praxis en la descripción fenomenológica centrada en la relación, que podemos encuadrar en tres áreas o momentos de intervención:

- 1) De contacto: Atmósfera y Marco Actitudinal
- 2) Referenciales: Encuadre- Orientación- Asesoramiento
- 3) Metodológicas: Multimodales Integrativas:
  - a) Verbales
  - b) Experienciales
  - c) Imaginarias

En síntesis:

- Estemos presentes, en contacto, con el nosotros que generamos.
- Ofrezcamos autenticidad relacional, y aceptación incondicional.
- Confiemos en nuestras intuiciones, sean eidéticas y/o experienciales.
- Escuchemos lo que sucede en el encuentro, desde la empatía vincular.
- No pretendamos “curar”, confiando en la autocorrección ecológica.
- No busquemos causas ni porqués, recordando que somos quiasmáticos y que la relación terapéutica también lo es.
- Seamos no-directivos, acompañemos la dirección que surja de la relación terapéutica.
- Intervengamos con la totalidad de lo que somos profesionalmente, a saber:
  - a) Con recursos lingüísticos
  - b) Con recursos corporales
  - c) Con recursos imaginarios

Todos a disposición del encuentro del que somos parte y todo, con el rol específico que cumplimos. Nosotros terapeutas, desde la seria y comprometida tarea profesional de ofrecernos, para que el otro que consulta se contacte con

[Escriba aquí]

la mayor información experiencial posible sobre sí mismo y con el contexto en el cual vive, para que desde allí elija ser y hacer aquello que lo haga sentir bien sin dañar ni ser dañado.

## **ENSAYO 5**

### ***LAS INTERVENCIONES TERAPÉUTICAS***

Cuando nos referimos al modo de implementar nuestra tarea como terapeutas, nos encontramos ante un *qué y un cómo* lo hacemos, o sea, estamos intentando descubrir cómo intervenimos, cuál es la manera más conveniente, y con qué y cuáles recursos.

Desde nuestro enfoque, se nos hace ineludible explicitar niveles de procesos interventivos. Dada la hipótesis central de la no-directividad, como postura ideológica en el encuentro profesional, estos niveles los vamos ordenar, desde los de menor nivel de dirección, hacia aquellos de mayor dirección.

Debo aclarar aquí, que me he basado en aportes del colega Allen Ivey<sup>72</sup>, en tanto me han facilitado, desde mi perspectiva, dar mi propio modo de presentar como intervenir, cuando se está facilitando un proceso de ayuda “psi”.

---

<sup>72</sup> Allen Ivey. Diplomado en Counseling Psicológico. Profesor Emérito en la Universidad de Massachusset y profesor de Counseling en la Universidad de Tampa. Ha escrito más de 40 libros y 200 artículos, entre los que se encuentran “*Counseling and Psychotherapy*”; “*Microcounseling*”; “*Intentional Interviewing and Counseling*”.

[Escriba aquí]

La comprensión de mi ideario, insisto, se sostiene en las ideas de no-directividad y escucha activa de índole fenomenológica, y si éstas no están instaladas como cosmovisión y quehacer del terapeuta, y no se trasladan a la relación de encuentro terapéutico, lo que sigue a continuación, no tendrá valor.

Sólo podrán coincidir o acercarse, aquellos que hayan internalizado que lo que ayuda y facilita, es el mutuo compromiso de las partes. Será de valor para aquellos que compartan mi posición ideológica que sostiene que el proceso será direccionado por el que consulta (facilitado por profesional consultado) hacia la toma de decisiones, cambios y transformaciones que resulten de valorarlas como posibles y positivas para él.

Por otra parte, eso basa la idea de sostenerse en la descripción fenomenológica, en donde las intervenciones, deben estar al servicio de ella.

Esta descripción, remite a la intención de abstraerse lo más posible, de significados preestablecidos, inevitables, que posee el profesional, alejándose también de miradas propias del sentido común y de concepciones naturalistas.

Directamente vinculado a lo antes expuesto, está con la noción de no-directividad. Es oportuno aquí recordar la importancia de un marco actitudinal empático, incondicional y congruente, dispuesto hacia una relación, que inevitablemente comienza siendo de poder, hacia aquella, en donde éste se comparta, en el marco de la empatía vincular/relacional.

Desde este marco, el relato que elige exponer el consultante, acto que conlleva darle también su significado, implica que nosotros como profesionales, tengamos que a su vez seleccionar desde la comprensión empática cómo intervenir, desde nuestro propio proceso de significar, en la búsqueda de significaciones compartidas.

Cuando digo *acto de significar*, propio de lo humano que somos, en tanto seres que percibimos, entiendo que al hacerlo se producen algunas instancias:

- 1- Proceso de la consciencia que da un significado.
- 2- El hecho que intencionalmente se significa.
- 3- El significado en sí mismo que aparece, desde el consultante en el relato ante nosotros.

[Escriba aquí]

- 4- La significación que le damos al significado dado.
- 5- La intervención que brindamos.
- 6- La resonancia que se da en la relación.
- 7- El chequeo compartido, que surge en la mutualidad.
- 8- El encuentro con el compartir la mutua percepción, de aquello que estamos trabajando, que lleva de las resonancias de cada uno hacia una consonancia, que facilita una exploración terapéutica, hacia la apertura perceptual del consultante.

Pasos de un proceso, donde esta posición posibilita transitar hacia un encuentro, donde se hace quiasma/entrama la mutua descripción, de lo que acontece en ese vínculo de ayuda.

En ese camino, pueden observarse posibles niveles de intervención, que se ajustan a distintas circunstancias de la relación de ayuda. De respetarse el fondo de lo planteado, aunque se hagan figura algunas intervenciones que parecen “violar” el paradigma del cual hablamos, no lo hace, si podemos tener en claro, que ellas implican ir:

- 1- Desde la dirección de la no-directividad.
- 2- De esa base no-directiva, se van haciendo más directas las intervenciones.
- 3- Del estar centrado en otro (de A a E), hacia más centrado en el yo del terapeuta (C a L), en tanto este es parte del vínculo de ayuda.
- 4- En la entrama entre niveles, se juega el espacio NOSOTROS, desde mi concepto de empatía vincular (el otro consultante, el yo del terapeuta, el nosotros de las intervenciones fenomenológicas relacionales integrativas).
- 5- El ofrecer los recursos/intervenciones, deben partir, del haber generado el nivel máximo de escucha no-directiva, y del sostenerse en la empatía vincular, y en la descripción. Siendo estas intervenciones, una facilitación de apertura.

## **NIVELES**

#### A- *ATENDER/ESCUCHAR/ESTAR PRESENTE*

Estamos ante un nivel de ubicación, de una escucha activa centrada en el otro, lo más desapegada posible del propio yo del terapeuta y que deberá sostenerse como base de todo el proceso, como el basamento de un edificio, que luego por más que se le sumen otras estructuras, éstas, no deben violar ese sustento. Condición desde la cual, se puede decidir estratégicamente alejarse un poco, pero no tanto como despegarse de la misma, so pena de, ni bien ni mal, ser consciente de que se pasa a otro paradigma.

#### B- *PARAFRASEAR/HACER ECO*

Se trata de las primeras respuestas verbales, que se ofrecen a modo de sostén de la descripción, que van emergiendo en las entrevistas/sesiones.

#### C- *REFLEJAR/RE FORMULAR*

- Reflejos Simples
- Reflejos de sentimientos
- Reflejos elucidatorios
- confrontaciones fenomenológicas de la percepción
- chequeos perceptuales verbales.

Estamos, ante el principal aporte metodológico de índole verbal, que nos legó Carl Rogers. Niveles de acercamiento y respuestas, que van facilitando al que consulta, aproximarse de modo abierto y profundo a sus propias percepciones.

Recursos verbales, que se sostienen en el marco actitudinal, que el autor propone para el terapeuta, y que como es bien sabido remite a:

- La Comprensión Empática
- La Aceptación Incondicional
- La Coherencia/ congruencia

Triada relacional imprescindible, para que emerjan respuestas simples, que acompañan el discurso. Respuestas que aluden a sentimientos implícitos y asociaciones con aquello que está siendo dicho, y que puede ser útil integrarlas en un hoy, de lo que se está compartiendo, para favorecer la incorporación cognitivo experiencial, que abra la percepción, del que consulta.

#### D- *PREGUNTAS ABIERTAS*

Momento, en donde surge una necesidad, que tiene el profesional de ayudar, a entender lo que se está planteando, y prefiere que sea el consultante el que lo revele, de allí surge una pregunta, que abre una incógnita y que no implica respuesta por si, por no, o por algo definido. Si se quisiera ejemplarizar, diría que tiene la esencia de: ¿es algo así como? y que abre al continuar la exploración.

#### E- *PREGUNTAS CERRADAS*

Estas si, son preguntas concretas, que apuntan a discriminar más claramente, la descripción que acontece, y que sostienen una respuesta asertiva, concreta, lineal. Ya no va por la idea de es algo así como, sino hacia ¿usted está hablando de que tiene miedo?, cuya respuesta es solo, si o no.

#### F- *CHEQUEO DE PERCEPCIONES*

Este es el nivel propiamente intermedio, donde se visualiza enteramente, la idea del encuentro nosotros. Se trata de estar centrados en la relación, en el tercer espacio, aquel que no es el otro que consulta, ni el yo del profesional, sino el encuentro de ambos, en un intercambio fluido, en donde las intervenciones van y vienen. El nombre de chequeo es muy adecuado, porque implica, que el terapeuta se entregue fenomenológicamente al encuentro, y ofrezca todos los recursos que posea, para ayudar a su consultante a que revise lo que le pasa, y busque su propio camino de resolución y transformación.

Chequear es ir viendo que nos pasa. Ejemplo: ¿es así lo que escucho?, ¿qué pasa si lo vemos de una u otra manera?, ¿te parece que si hacemos tal cosa te ayudará? Es aquí en donde pueden ofrecerse múltiples maneras de intervenir, y que yo he dado en llamar: *Integración de Recursos Múltiples*. Estos recursos pueden ser de índole verbal, corporal, imaginario, de creatividad, de neurociencias, etcétera. Todo aquello que como saberes y técnicas se posean, y que se consideren útiles para ayudar. He profundizado sus bases filo-psicológicas de la Integración de Recursos, en el libro

[Escriba aquí]

*“Manifiesto Humanístico”*<sup>73</sup> y desarrollé su metodología, en el libro *“Enfoque Holístico Centrado en la Persona”*<sup>74</sup>.

#### G- *FOCALIZACIONES/SEÑALAMIENTOS.*

Aquí el profesional decide ir directo hacia una intervención desde sí mismo, desde su propio entendimiento o comprensión, que puede surgir desde un modo asertivo o asociación de ideas, pero que claramente emerge de una idea o serie de ellas, desde las cuales se supone, que ayudaran a una mejor comprensión, de lo que le pasa al otro.

Es muy importante decir aquí, y tal como insisto, que si la relación está establecida, aunque estemos ante una intervención que surge del profesional, si ésta es ofrecida como hipótesis de trabajo compartido y no como “verdad a aceptar”, seguimos estando en un modelo no-directivo centrado en la relación.

#### H- *BRINDAR INFORMACIÓN*

Muchas veces notamos, que es importante brindar alguna información, que sería útil al consultante, dado que éste no la posee, o está confuso. Es obvio, que no hablamos de una información que implique una “bajada de línea”, una imposición de alguna idea, sino de una oportunidad a tomarla y explorarla juntos. Me remito a la posibilidad de buscarla en un diccionario, en internet, en una revista, en un libro, en una película, datos que luego serán chequeados en conjunto y observados a luz de aquello que se está tratando de superar o resolver.

#### I- *AUTOREVELARSE*

En este nivel nos encontramos con dos tipos de auto revelaciones:

- 1) A veces, puede ser adecuado comentar algo de lo personal del profesional, algo que remita a alguna experiencia vivida, de índole similar que no implique demasiada intimidad, o que no intimide, y esté disponible en tanto válida, en un momento de vínculo positivo, que así lo habilite.

---

<sup>73</sup> Sánchez Bodas, Andrés; “Manifiesto Humanístico”, Editorial Lea, Buenos Aires, 2009

<sup>74</sup> Ídem; Editorial Lea, Buenos Aires, 2010



[Escriba aquí]

- 2) Revelar una emoción, un sentimiento, un pensamiento que surge en el profesional, como parte de lo que allí está pasando, entre ambas partes y que puede ayudar a destrabar, a profundizar lo que se está jugando, entre ambos, en la entrevista en sí misma, aquí y ahora.

**J- *INTERVENCIONES VALORATIVAS/DIRECTAS***

Estamos, ante un modo de intervenir, muy alejado de las premisas que he planteado, sin embargo a veces ante situaciones límites, de riesgo, de necesidad de resolver algo de urgencia, y ante lo cual la espera para un darse cuenta no espera, no hay tiempo de reflexión, se impone un compromiso profesional técnico, desde el cual se opina bien o mal acerca de una idea, de una conducta, nunca de un sentimiento o emoción. Se valida positiva o negativamente, a una acción realizada o el planteo de una realizarse, con la idea de cuidar al otro, o a un semejante, implicado en la red vincular del consultante.

**K- *EXPLICAR LAS CONSECUENCIAS DE LOS ACTOS/ CONDUCTAS***

Estamos, ante un modo de intervenir, vinculada con la anterior y que se diferencia también en dos intenciones:

- 1) en ser directamente llevada al explicar algo, que ha acontecido y que el consultante no termina de comprender, siendo necesario hacerlo en esa instancia, para favorecer el mejoramiento del consultante.
- 2) en algo que se está trabajando, que puede suceder y es necesario prevenir de algún riesgo, para cuidar al consultante

**L- *ACONSEJAR/ BRINDAR PAUTAS DE ACCIÓN/ DIRIGIR/ PRESCRIBIR***

Aquí estamos, en un alto nivel de compromiso asertivo por parte del profesional, desde donde se indica algo muy directamente basado en el saber y/o experiencia del que brinda la asistencia.

**M- *CONFRONTAR PARA PRODUCIR CAMBIOS BUSCADOS.***

[Escriba aquí]

En algunas circunstancias, puede ser necesario confrontar al consultante, ante contradicciones conductuales, que ponen algún riesgo, que evalúa el profesional desde su saber y experiencia. Sin embargo, nuevamente insisto, que toda intervención que surja del marco referencial del profesional, debe ser dicha “con lápiz”, para ser borrada de ser necesario.

En síntesis:

Los niveles A, B Y C, responden a un modelo Centrado en la Persona que podría definir como “puros”. Modos, que casi siempre se pueden sostener, con consultantes que logran auto-explorarse sin dificultad.

Los Niveles D y E, denominados de preguntas abiertas y cerradas, se enmarcan en lo que algunos autores definen como *diálogos socráticos*<sup>75</sup>, tendientes a profundizar en la reflexión y se integran para facilitar el fluir cuando aparecen obstáculos en el devenir del relato.

El Nivel F es el creo que mejor responde a una modalidad fenomenológica, relacional, holística y como vimos acepta lo “puro” del enfoque y amplía el modelo, y que a mi juicio lo enriquece.

Los niveles H, I, J, K, L, M se van alejando del ECP puro y por ello deben sostenerse en un clima firme y cálido, respetando un encuadre relacional, en donde lo que surge es en el marco de un campo/sistema previamente establecido, desde el cual no son verdades reveladas, sino invitaciones a reflexionar y a actuar.

La base de este modelo es, insisto, el estar centrados en el otro de un modo relacional, de un modo nosotros, y es lo que considero más congruente con quien soy como persona profesional y desde allí ayudo, no solo a resolver problemas, conflictos, sino mucho más a favorecer transformaciones positivas en las personas que asisto.

Entonces, en síntesis, serían:

A- Atender/Escuchar/Estar Presente

B- Parafrasear/Hacer Eco

---

<sup>75</sup> “Diálogos socráticos”: Obra de Platón que consta de Doce Libros. En ella, el autor inventa un género filosófico literario, en el que utiliza un método dialéctico para la indagación o búsqueda de nuevas ideas, mediante la reflexión y razonamiento, supuestamente utilizado por Sócrates con sus discípulos.

[Escriba aquí]

- C- Reflejar/Reformular
- D- Preguntas abiertas
- E- Preguntas Cerradas
- F- Chequeo de Percepciones
- G- Focalizaciones/Señalamientos
- H- Brindar Información
- I- Auto revelarse
- J- Intervenciones Valorativas Directas
- K- Explicar las consecuencias de los actos/conductas
- L- Aconsejar/Brindar Pautas de acción/Dirigir/Prescribir
- M- Confrontar para producir cambios buscados

Y es así que recibo a Juan:

- Viene a verme porque sufre.
- Viene a verme porque está disconforme con lo que le pasa.
- Viene a verme porque lo ha intentado por sí mismo y no ha podido resolver lo que le pasa.
- Se sienta frente a mí, me siento frente a él, lo suficientemente cerca, lo suficientemente lejos.
- Me cuenta, relata, describe, me dice.
- Lo escucho, dispongo de mi oído y mis entrañas en esa escucha.
- Intento entender y algo digo para que se sienta escuchado y siga describiendo. Quizás he parafraseado, quizás pregunté algo, que no me quedó claro de lo que habla, quizás reflejé, no sé bien, porque me deje llevar por la escucha y mi organismo terapéutico en acción respondió.
- Observo y estoy ahí.
- El gesticula, su rostro dice que está aquí conmigo, y dice algo más, que cuenta y se abre algo más.
- Mi cuerpo va hacia adelante, mis manos se mueven juntas hacia el medio, se juntan, se entrelazan mis dedos, se apoyan en mi mentón que se bajó

[Escriba aquí]

hacia ellas y digo, algo digo que sintetiza lo que estoy intentando comprender que le pasa.

- Describo lo que pienso, acerca de lo que escucho.
- Se siente descripto y asiente.
- Nuestra relación comenzó bien.
- Nuestro dúo, empieza a tomar forma.
- El pondrá su persona en su relato.
- Yo pondré el mío profesional, entramado con el suyo.
- El abrirá su experiencia ante mí.
- Yo dispondré de múltiples recursos para facilitar su fluir.
- Confío que, Centrado en el nosotros, caminaremos juntos.

Ahora, que pasa si nos consulta otra persona que solo dispone, por sus circunstancias, de una sola sesión, para ello va la idea y el dispositivo de una Sesión Única.

## **ENSAYO 6**

### ***SESIÓN ÚNICA: Desde un modelo fenomenológico-relacional-integrativo***

El concepto de sesión única, es relativamente nuevo en las relaciones terapéuticas. Si bien toda sesión, aún en el marco de un proceso terapéutico prolongado, es única, porque implica lo que acontece en cada una, la idea que plantearé, alude a una propuesta de un microproceso con sentido en sí mismo, es decir que se abre y se cierra esa sola vez.

La sesión única, entonces se dirige a poder escuchar un planteo, problema, conflicto, que por determinadas circunstancias y contextos, conllevan a que el profesional, deba estructurar su encuadre y metodología, con el objetivo de facilitar algún nivel de resolución, del tema planteado, en esa sola consulta.

Decimos que esto está ligado a ciertas circunstancias y contextos, a saber:

- La imposibilidad de la persona a realizar un proceso, sea por razones económicas, culturales, sociales, de distancia, de estructura del lugar asistencial donde se atiende.
- Una temática o motivo de consulta que no resiste la espera, en tanto debe resolverse con prontitud y/o urgencia.

[Escriba aquí]

- Una temática o motivo de consulta que, por lo menos, desde el planteo de la demanda de ayuda, remita a la idea de una orientación puntual y por ello, así se la encare.
- Un ámbito de índole organizacional (empresas, institutos de enseñanza) donde el consultante debe salir de esa entrevista con algún nivel de resolución y/o con ideas que promuevan la misma.

Para los que sostenemos un modelo centrado en la persona y la relación, basado en la no-directividad, hacia la autodirección, parece una contradicción esta idea; da la impresión de que un modelo cognitivo conductual, podría ser más adecuado. Pero tal como yo lo considero y planteo, se puede poner en práctica el modelo según lo enunciado y resultar ser eficaces en la propuesta.

Cuando digo eficaces, no sólo me remito a la idea de solución en sí misma, sino también y más aún, puede ser un espacio, de hecho lo es, de inspiración al que consulta, con las acciones profesionales que poseemos, a darse cuenta de sus propios potenciales de resolución sobre aquello que siente y percibe que le pasa.

Ante la entrevista programada en una sola sesión, partimos entonces, con la idea de que tenemos, por el momento, de esa única oportunidad de ayudar, y eso nos posiciona de una manera diferente, a que si supiéramos que esa primera entrevista, será parte de una de varias consultas que dan idea de un proceso sostenido en el tiempo.

Es increíble observar que cuando nos instalamos profundamente en esa perspectiva, nuestra escucha y los recursos de intervención profesional que poseemos, se hacen presentes en ese hoy, de una manera activamente íntegra.

Debo decir aquí que, para poder estar disponible para ello, es muy necesario tener bastante experiencia, en el *modelo, holístico, relacional, fenomenológico, integrativo*, habiéndose entrenado en una práctica de este modo de conducir una sesión.

En este caso la integración que refiero, es la que suma dos modelos, el centrado en la relación y el centrado en la solución, Aquí se hace necesario aclarar que sumar la idea, no indica un descentrarse de la persona y abordar el problema; tampoco hacer figura en el problema, sino instalarse en un estar presente centrados en la relación personal, y desde ese marco abrirse a la búsqueda compartida de soluciones.

[Escriba aquí]

Esta última aclaración es fundamental dado que se podría confundir con un modelo centrado en el problema. No es así. Es si abrirse a entamar un modo de solución centrados en la persona y en el vínculo.

Esta entrama metodológica, busca lo más apto de ambas posiciones, y lo posible para cada consultante, en la instancia de la consulta.

Sabemos que lo nodal del centrarse en la relación, supone un marco actitudinal humanístico, que hace eje en la noción de empatía vincular y es, desde allí, de donde parte la posición de búsqueda de soluciones, y emerge en forma fluida, sin violar la autonomía de decisiones del consultante, en tanto se basa en confiar en los recursos potenciales que éste posee.

Por ello, es a mi juicio necesario, poder disponer de una serie de métodos que complementen los verbales. Me refiero a que, si bien a veces, con las intervenciones verbales se facilita muy bien este tipo de entrevistas, en la mayoría de los casos es muy favorable poder ofrecer breves trabajos imaginarios, de focalización y de dramatización, que promuevan la confrontación, la conexión emocional, la apertura perceptual y el encuentro de los propios modos de comprender más profundamente lo que le pasa y proponerse hacer algo con ello.

Es en esta idea en donde se centra esta propuesta, en la conexión, la comprensión y el planteo de respuestas concretas, obviamente si esto es posible. Con esto me refiero a que algunas veces lo que surge como “solución” es el inicio de un proceso más prolongado de ayuda, porque así lo amerita el acontecer. Sin embargo eso no anula la entrevista/sesión única, sino que, ha servido, para la toma de conciencia de una necesidad de ayuda más sostenida en el tiempo.

Debo aclarar que esto no debe estar en la intención, ni en “la mente” del profesional, si no estaríamos violando el concepto y sin duda no seguiríamos “el protocolo” de este modo de entrevistar. Más sencillamente dicho, lo que se concluye debe ser el resultado del modelo único en sí mismo y tan válido como si lo que sucedió ha sido suficiente para el consultante, aunque no lo sea para el terapeuta. Ante esto último, es también clave observar que esta situación no debe anular el hecho de que si el problema planteado, deviene en un darse cuenta de una problemática muy compleja, quizás patológica, nos sea éticamente aconsejable dar una indicación profesional independientemente de que el que consulta se avenga a ello o no. Estamos aquí en una situación donde

[Escriba aquí]

claramente lo que se ha demandado como motivo supera la posibilidad de una sola entrevista.

Veamos como planteo su coordinación:

Ambas partes debemos saber que es una única entrevista y que tiempo disponemos. En mi experiencia proponerse entre una hora u hora y media, si es necesario, ha sido adecuado. Sin embargo en algunos casos a la media hora promedio hemos llegado al eje. Muchas veces allí he detenido la entrevista y he preguntado si está bien lo que hemos visto y aclarado, y si le ha sido de alguna utilidad. De ser así, hasta allí hemos llegado y está bien. En otras oportunidades ha sido necesario la hora y media.

No puedo aquí dar una regla, aunque de todas maneras se hace imprescindible acordar entre ambos un máximo de tiempo, dado que esto encuadra a ambas partes y ayuda mucho a enfocar lo que deba ser enfocado.

Parto de la idea de base de una escucha atenta, centrada en la persona y la relación, con la confianza en el otro, sostenida, repito, por el marco actitudinal en donde prime la empatía vincular, la autenticidad y la incondicionalidad.

Es así que toda sesión única que conduzco comienza con breves intervenciones haciendo eco, parafraseando, con chequeos perceptuales sencillos, preguntas abiertas que favorezcan que la persona (que sabe que será una sola entrevista) disponga su relato lo más activamente posible y brinde “material” para sostenerse en él. Siguiendo atentamente el relato, algún momento debe surgir lo que defino como “intervención clave”.

Intervención clave es un concepto que “descubrí” en mi experiencia y es aquella que permite, un “darse cuenta” basal de lo que estamos conversando, digo basal porque se trata de una “*epoje*”<sup>76</sup> perceptual, desde donde se le abre a la persona la posibilidad de ver qué hacer con lo que ha traído a consulta. Puede ser una emoción, un sentimiento, una conducta o serie de ellas, un pensamiento, una creencia, un modo de vincularse, que conmigo “des-cubrimos” (le sacamos la cobertura) para permitirnos ver más a fondo lo que estamos intentando destrabar. Es ahí donde hacemos el eje de la acción profesional, pudiendo haber acontecido desde el relato verbal o luego de haber sugerido un pequeño ejercicio/juego/dramatización que posibilitara abrir la percepción.

---

<sup>76</sup> Epójé: reducción fenomenológica, abstracción de lo no esencial y captación de lo fundamental.

[Escriba aquí]

Debo señalar que personalmente, domino mejor los chequeos verbales, el ensueño despierto, las visualizaciones y algunas técnicas psicodramáticas: una sugerencia como cerrar los ojos y conectarse con una vivencia e imaginar; una idea de convocar el problema y verlo allí; un invitar, imaginariamente, a ocupar una silla vacía a un alguien con quien se esté en conflicto; un hacer un cambio de roles; un sugerir alternativas y explorarlas desde el sentido común; un enseñar a visualizar y practicarlo en su caso, están entre algunas alternativas que usualmente aparecen en mí como intuiciones, en estas instancias.

Por eso es que sugiero que cada profesional, si así lo considera, integre aquello que lo tiene incorporado en su *modo de ser profesional de la ayuda*.

Entonces espero estar siendo claro que esta modalidad nos obliga, por un lado, a estar instalados en la experiencia que compartimos y por otro, paradójicamente atentos a la aparición de algún indicador que nos lleve a alguna intervención verbal o de otro tipo, que facilite el enfocar.

Como se ve esta modalidad comporta un doble juego de parte nuestro:

- a) el de poder estar allí presentes y
- b) el de entrar y salir hacia la búsqueda de algún tipo de intervención que promueva el ir al foco de lo que suponemos des-cubrir.

Sabemos allí que tenemos un tiempo limitado, por ello me sirve, y como me sirve lo comparto, las fases que ha planteado Carkhuff para un proceso y que pueden relevarse en una sola sesión. Estoy hablando de la personalización, a la que me he referido en varios de mis textos:

- Personalización del problema/ conflicto
- Personalización del sentimiento basal implícito en el problema
- Personalización de conductas que vayan a su solución.

Los tres momentos conducen a que la persona, que es nuestro eje intencional, pueda sentir qué es lo que le pasa, se haga cargo de que le pasa con lo que le pasa y busque lo nodal para salir hacia algún espacio interno/externo de entrama con la solución. Debo aclarar que si bien parece que hay un orden de momentos y en algunas sesiones así se ha dado, la mayoría de las veces no hay tal orden y la consulta discurre entre un ir y venir por cada uno. Lo importante, resalto, es que en ese mini proceso puedan darse los tres momentos.



[Escriba aquí]

¿Cómo sabemos que se ha cumplido lo esperable en estas sesiones? Cuando la o las personas que nos han consultado logran:

- Plantear claramente, para ellas misma, el problema/conflicto.
- Explorarlo desde varias perspectivas.
- Revisar que constructos perceptuales o sistemas de creencias son las que traban, producen confusión, dudas, ansiedad, angustia y qué hacer para salir de esa situación.
- “Des-cubrir” el eje problemático.
- Contactar el/los sentimientos implicados.
- Encontrar acciones posibles de apertura o solución.

De darse todo esto estaremos sumamente satisfechos, y si son en parte y sirven para que se reabran nuevas preguntas también. Aclaro esto último, porque en mi camino como profesional, varias veces he permanecido instalado en una incógnita, con el interrogante de saber si he sido útil. Y cada vez que esta pregunta aparece me respondo que sí, porque confío en que llevé a cabo una tarea que ha hecho eje en una posición centrada en la confianza, que cuando algo nuevo se abre en el otro, la sabiduría de su organismo buscará desde allí una manera de enfrentar aquello que se había hecho conflicto. Mi experiencia me lo ha confirmado.

## **APÉNDICE**

Con este texto de ensayos, que actualizan mi posición terapéutica, ya culminado, surgió en mí la necesidad de hacer algunas reflexiones finales, a modo de aportes, que amplíen mis ideas nodales, aquellas que transitan mis escritos hasta hoy.

### **1- De la consciencia en sí misma a la consciencia para sí mismo**

La consciencia es aquello que nos hace ser humanos, la instancia del desarrollo evolutivo, que nos coloca en el espacio de lo vivo con características que nos son propias y que nos diferencian de los demás seres vivos. Es por ello, que en este escolio, quiero demarcar brevemente, el proceso de la consciencia como funcionamiento corporal total, en el cual el cerebro toma consciencia de lo que le acontece al cuerpo en todas sus partes internas y en la interacción con el mundo, y como tal - como proceso - deviene a un darse cuenta de sí misma. Es

[Escriba aquí]

allí, en esa instancia, donde hablamos de noción de sí mismo, el momento de la autoconsciencia, que amplía hacia su darse cuenta global, e introduce la vivencia que eso que le pasa a nuestro cuerpo nos pasa nosotros.

Por otra parte es un hecho que nos acontece de muy difícil explicación y ante la cual debemos nutrirnos de pensares filosóficos, psicológicos y neurocientíficos. Pensarlo, nos lleva a un misterio que lleva milenios. Desde que somos humanos, nos preguntamos como sabemos quiénes somos. De hecho la filosofía surge, entre otras preguntas humanas, ante ella, como un eje del asombro, que la hace a la filosofía madre de todas las ciencias.

La consciencia es una función biológica que nos constituye, y como tal, emerge de la relación con el afuera y el adentro, del organismo que somos. Una mirada clásica, con la cual coincido, es que la consciencia siempre es consciencia de algo, y por lo tanto es abordada por estímulos que provienen de dentro de nuestro propio cuerpo y por aquellos del afuera de la piel y de los demás órganos de los sentidos. El cerebro posee una capacidad de registrar ambos y darnos esa información. De hecho si por algún motivo falla- una enfermedad por ejemplo- es posible que nos vaya muy mal e inclusive que nos conduzca a la muerte.

La filosofía ha dicho, sobre todo aquella denominada existencial, que la consciencia es intencional, es decir, que posee una dirección hacia algo, sea un objeto externo o un desequilibrio interno de algún órgano. Este modo de pensarla coincide con el de las neurociencias, cuando nos dicen que el cerebro siempre “está atento” a los desequilibrios bioquímicos o de otra índole que perturben la homeostasis que nos hace estar vivos, y responde enviando indicaciones, para volver al equilibrio. Es un proceso del cual no somos conscientes y acontece gracias a una red neuronal inmensa, preparada para detectar y actuar. Cuando se responde a un estímulo externo también procede de la misma manera, en tanto éste también provoca un cambio de la perseverancia de la organización vital. Ésta es necesaria porque la función de todo el cuerpo, desde su más mínima expresión hasta la más profunda experiencia, es mantenernos vivos.

Esa cualidad, es la que me hizo decir, en más de una oportunidad, que el suceder bio-psíquico básico es la supervivencia, y que toda conducta siempre apunta a ello.

Así empezó este texto, con las citas de Spinoza y su conatus, y la de Rogers y su tendencia actualizante, que prefiero nominarla como pulsión vital.

[Escriba aquí]

La consciencia es “el órgano” que regula esta pulsión en nosotros, el cuerpo es sabio y lo usa como parte de su sistema adaptativo. Lo hace de dos maneras, una no consciente, y otra a sabiendas, eligiendo desde la noción de sí mismo adonde ir, qué responder, qué hacer. La mayor parte de nuestras respuestas y acciones son no conscientes, son automáticas, otras, las menos, emergen desde el *self* o noción de sí mismo. Y está bien que sea así, es imposible pensarnos decidiendo qué hacer ante cada cambio y/o estímulo, sea de dentro o de fuera de nuestro cuerpo.

Entonces, consciencia es todo aquello que nuestro organismo decide qué hacer. Ahora, como terapeutas, lo que nos importa es aquel aspecto o función que llamamos “consciencia de sí mismo”, “self”, “noción de sí mismo o Yo. Y nos importa porque desde él emergen las percepciones de las cuales nos damos cuenta que somos parte, que nos pasan cosas y que somos conscientes de ello. También importa, porque desde él es que podemos adueñarnos de nosotros y elegir lo que nos conviene, nos hace bien, deseamos y pretendemos nos pase. Así como también poder reconocer aquello que nos daña y poder modificarlo. Desde allí, desde la toma de contacto es que nos consultan. Pero la pregunta que sigue es: ¿cómo logra la consciencia hacer que nos demos cuenta de quiénes somos?

En principio, esta noción de sí mismos, surge del recorte que hacemos, de las experiencias que vivimos y las hacemos propias. Nuestro cerebro ha adquirido esa cualidad, la evolución nos ha dotado de esa posibilidad, la de sabernos a nosotros mismos.

Es evidente que ha sido necesario para sobrevivir, quizás porque nuestro organismo es débil en comparación con el de otras especies y fue necesario que desarrolláramos la corteza cerebral, y nutrir al cerebro medio y superior de millones de conexiones en red que algunos neurocientíficos denominan *cognitos*. Estos se establecen uniendo informaciones, se especializan en alguna de ellas y luego ante lo que acontece se despliegan, se conectan y generan respuestas adaptativas necesarias para vivir. La atención y la memoria como funciones los enriquecen y facilitan esas redes. Luego, todo se traslada a la percepción, que es una función humana, en tanto permite significar lo sentido, darle un valor y desde allí ser lo más eficiente que se pueda. Un complejo conjunto, insisto, en función de sostenernos vivos.

[Escriba aquí]

El cerebro, como dije, posee la cualidad de discernir desde aquello que podemos llamar provisoriamente una “proto noción de sí mismo”. Esta es la que permite las respuestas automáticas para cuidarnos, sin nuestra intervención conscientemente, de manera homeostática y homeodinámica. La primera para mantener el equilibrio, la segunda para salir “hacia adelante”, buscando caminos nuevos.

El cuerpo “es consciente de sí mismo”, a ello le llamamos “sabiduría organísmica”. Sin embargo parece que eso no fue suficiente para saber quiénes somos, porque hasta ahí no habría mucha diferencia entre un chimpancé y nosotros, más aún, entre una ameba y nosotros. Esta última también sabe cuidarse a sí misma y buscar el modo de sobrevivir. Lo que nos diferencia es eso que llamamos “el sabernos quienes somos”.

Y ya que mencioné a los chimpancés, parece ser que en sus funciones cerebrales existe un cierto acercamiento a una noción de sí mismos. La diferencia notable, con nosotros los humanos, es que esa cualidad es elemental y sobre todo que al no adquirir el lenguaje y al no poder simbolizar sus emociones, están restringidos sólo a ese auto-conocerse. Por tanto no tienen la posibilidad de poseer sentimientos, ni emociones significadas, ni razonamiento abstracto complejo, ni proyección de futuro imaginado.

Cómo aprendemos a saber quiénes somos, es la forma de plantear este tema, porque es una situación de aprendizaje. Lo aprendemos en la experiencia de vida que vamos transitamos, desde que estamos en el vientre de nuestra madre hasta la actualidad. Es un proceso que se asimila en relación a esa posibilidad protomísmica de nuestro cerebro, desde la cual, como dijimos anteriormente, logramos darnos cuenta sin darnos cuenta, es decir, pre-reflexivamente, de lo que nos pasa en nuestro cuerpo y ver qué hacer con ello.

En una primera etapa con eso es suficiente. El bebé no es consciente sí mismo al principio. Nace inmaduro, y depende de los demás, aunque por la sabiduría organísmica que posee, saber pedir lo que necesita y alejarse de lo que lo daña. Cuando comienza a referirse a sí mismo, cuando empieza a hablar, lo hace en tercera persona - “nene quiere”- (quizás por ello Freud llamó “ello” a esa etapa), sin embargo su cuerpo ha ido registrando lo que viene de adentro y lo que viene de afuera. La sensación de hambre viene de dentro, un dolor de panza viene de adentro, una mirada tierna de su madre viene de afuera, un grito de un alguien viene de afuera, un mimo corporal, o una agresión física que produce dolor,

[Escriba aquí]

viene de afuera, va sabiendo lo que todavía no sabe, es lo que llamamos un “yo primordial”, o un “proto yo”. Va madurando su sistema nervioso central, la socialización (que viene de afuera) se va entramando con su maduración cerebral, adquiere experiencia vivida, y como dije más arriba, ya sabe que es una silla aunque todavía no pueda nombrarla. Ya sabe que es él aunque todavía no lo ha elaborado simbólicamente.

La evolución continúa en vida, las redes neuronales se van organizando. Cuando escuchamos que ese bebe dice “yo quiero”, estamos ante un hecho magistral, se ha realizado el quiasma entre las redes que son conscientes del propio cuerpo, el estímulo formador de lo social, al información para estar en este mundo, en el momento epocal que está siendo, con la posibilidad de que el cerebro pueda informarse a sí mismo sobre quién se es, ante el hecho de que se está “experienciando”. Como he dicho, ese “darse cuenta” de que esto nos está pasando a nosotros, es el inicio de la instalación de nuestra mismidad.

Parece mágico, quizás lo sea, pero fundamentalmente es bio-psico-social. Es la vinculación madurativa del ensamble persona mundo, dada por la posibilidad de que ciertos cógnitos, se auto-constituyan sabiéndose.

Lo que estamos viendo, acontece a nivel del cerebro, siendo parte de las últimas investigaciones que se están haciendo en neurociencias, aconteceres que nos seguirán sorprendiendo a medida que se siga investigando.

Lo que aquí nos importa es volver a comprender la noción de quiasma, en la que tanto insisto. El sujeto de sí mismo que somos (sobre lo cual he escrito en mi libro “*Desplegarse*”<sup>77</sup>, al cual derivo al lector que asista, si quiere profundizar este tema) es lo que nos posibilita no sólo ser quienes somos, sino también trabajar de terapeutas con la palabra, el lenguaje y variados recursos. Herramientas que son posibles de ser eficaces si facilitan brindar información, que el consultante adquiere sobre sí mismo, su cerebro decodifica y abre el juego de su percepción.

Esto enriquece la ecuación *percepción-acción*, es decir, habilita a más posibilidades de revisarse y elegir caminos nuevos ante las dificultades que lo han traído a la consulta.

Por otra parte esto avala lo dicho más arriba en los ensayos: que somos un telar; que todo es allí, aquello que se llama lo no- consciente entramado con lo que si

---

<sup>77</sup> Sánchez Bodas, Andrés; “Desplegarse. Fundamentos del Counseling Holístico para el despliegue Humano”, Buenos Aires, Editorial Lector, 2004

[Escriba aquí]

sabemos de sí mismos; aquello que parece oculto, y que quizás lo esté para preservarse y no para negar o pensar algún tipo de trampa, como la que sostiene la cultura de la sospecha, que hay que develar.

No hay nada que develar que sea trampa, negación, ocultamiento ex profeso, aquello que no es a la vista, que es invisible, lo es porque no es necesario que esté disponible, porque funciona en automático, o porque es mejor que se encuentre allí por ahora. Nuestro organismo elige lo que es necesario para vivir. Cuando nos trabajamos, estamos incomodos con nosotros mismos, tenemos conductas que no nos hacen bien, o hacen mal a otros. Cuando eso nos sucede se llama síntoma.

En esas situaciones existenciales, estamos ante un reclamo del organismo no consciente de que abordemos un trabajo para desenredar el telar.

Si me atrevo a ser más enérgico con esta posición, desde mi mirada de la terapia “psi”, diría que se ha gastado mucho tiempo en pensar que hay que buscar lo oculto, lo reprimido, lo negado. Y ¿por qué no mirarlo desde otro lugar, aquel que nos instala en el trabajar con lo visible, en no atacar lo no visible y saber con paciencia que una vez que el organismo no se siente amenazado, solito se abre a que esa tela que somos se disponga mejor?

El cerebro, órgano que dispone nuestra mente para saber lo que tiene que hacer cuando las redes fluyen más libremente.

Por otra parte, es muy interesante insistir, que desde nuestra posición fenomenológica, tenemos en claro que hay un saber organísmico pre-simbólico, que inicia el camino de una consciencia organísmica hacia la de auto reconocimiento, y por lo tanto pre-verbal. Con la aparición del lenguaje - lo verbal - el habla nos hace ampliar el sabernos, y proyectar el que queremos ser siendo, desde el seguir sabiendo.

Es aquí donde la tarea del terapeuta también se inserta, en el facilitar desde la palabra este saber de sí mismo y obviamente, desde mi posición terapéutica, la inclusión de recursos corporales, imaginarios, psicodramáticos, brinda una mayor información que promueve profundizar y resolver aquello que se nos consulta.

En síntesis parece haber niveles de consciencia, que se van (en los humanos) ensamblando, como un proceso de entrama con el mundo, el otro y nosotros.

a- Organísmica: el cuerpo sabe lo que le pasa y actúa para sobrevivir. El cerebro se maneja con imágenes, cognitos, redes neuronales, sistemas de

[Escriba aquí]

interacción, que no son conscientes para la persona que porta ese cuerpo. Es la memoria evolutiva de la especie que somos.

b- Mísmica: el psiquismo se va formando en la socialización al entrar en contacto con los objetos, entes y el otro nosotros.

La función memoria va integrando el cuerpo sentido como propio, aún no simbolizado en tanto es pre-verbal.

Esa memoria va construyendo el núcleo de la identidad, la base de la persona que somos y seremos.

Nuestra psique ya lo sabe.

c- Yoica: aparece el lenguaje y la noción simbólica de sí mismo, no sólo nos sabemos, sino más aún, podemos nombrarnos, ampliar nuestro darnos cuenta de quienes somos y abrir el camino hacia el futuro, es decir proyectarnos en la relación con el nosotros.

**Nota:** se habrá notado, como escribo aquí, la palabra *consciencia* y no *conciencia*. Este dato es importante, la “s” antes de la “c”, le da un sentido distinto. Con-sciencia refuerza la idea del conocer y se apuntala en el saber neurocientífico actual.

Si bien en el uso cotidiano puede ser indistinto, aquí es importante aclarar que *conciencia*, es una adquisición humana, producto del desarrollo y enriquecimiento del saber de la *consciencia*. Ésta implica el funcionamiento no consciente del cerebro, que lo hace en automático, al poner en acción las redes corponeuronales para lograr sobrevivir.

En cambio *conciencia* conlleva la adquisición de los valores, de la moral, de la ética, de la búsqueda del sentido vital y la trascendencia, del amor y de todo aquello que nos ha hecho humanos.

Para ser más claro, decimos que alguien está inconsciente cuando se ha desmayado, o en coma por ejemplo. Decimos que alguien es un inconsciente cuando realiza actos que dañan a sí mismo o a los demás.

Como terapeutas es importante tener clara esta distinción, incluso cuando discutimos acerca de conceptos como el inconsciente o lo inconsciente. Por ello para mí es más viable, en nuestra posición, hablar de lo visible o lo no visible, y eso evita confusiones conceptuales en nuestras disciplinas.

[Escriba aquí]

Una vez más es clave diferenciarnos del modelo “médico” de la ayuda psíquica y transitar hacia un modelo de “desarrollo personal”.

## **2- De la tendencia actualizante a la auto-actualizante**

Basado, en el anterior escrito, de este apéndice/escolio, ha devenido la idea, que sostengo hace varios años, de que los humanos adultos, no nos motivamos, ni transitamos la vida, en el camino de Ser, por la Tendencia Actualizante, sino que lo hacemos desde la Auto-actualizante.

La primera es la pulsión de vida pura, el contaus organísmico, la segunda ya implica la noción de sí mismo que interfiere y regula desde la valoración simbólica que hace el organismo de lo que le pasa con el mundo, el otro y consigo mismo. Desde que en el proceso vital la mismidad comienza a instalarse, el impulso que emerge desde dentro, sea como búsqueda o como respuesta a un estímulo, la auto-actualización va entramando y superando la actualización puramente orgánica. La incluye, la subsume, la utiliza para sobrevivir en forma no consciente y automática, pero la subvierte atravesándola con la resignificación personal. Es por ello que, a diferencia de otros seres vivos, nos convertimos en seres racionales y sentimentales. Racionales por lograr altos niveles de abstracción reflexivos, sentimentales porque transformamos las emociones- que son mamíferas- en sentimientos- que son solo humanos.

Es aquí que somos quienes somos y podemos amar, un sentir que solo poseemos nosotros. Quizás aquí, en este hecho sentimental profundo, es que pegamos el salto evolutivo. Es aquí, desde aquí, que empieza el camino del ser persona, con todas sus buenas y todas sus malas. El ser “homo sapiens sapiens” como algunos nos nominan, es válido pero insuficiente, porque solo toma en cuenta una faceta de quienes somos, le falta la emoción transformada en sentimiento, y esta cuestión es la que inunda la auto-actualización.

Pensemos de qué hablamos cuando hablamos de conflictos y patologías psíquicas. Hablamos de sentimientos que nos hacen sufrir, sea a través de conductas bizarras, de síntomas diversos, de trabas existenciales en el sentido de vida.

Nuestra existencia – el ir hacia el mundo y el otro- está guiada por la expresión de la auto-actualización.



[Escriba aquí]

Nuestra tarea de terapeutas es encontrarnos allí, en la auto- actualización compartida de la relación de ayuda.

### **3. Empatía vincular- confluencia de consciencias-encuentro terapéutico**

Del escrito que antecede devienen estos conceptos, construcciones teóricas, que he desarrollado en libros anteriores, pero que aquí deseo detenerme brevemente. El modelo centrado en la persona de Carl Rogers, ha sido el que más trabajó la idea de empatía y encuentro. Sin embargo, a mi entender y si se me permite la metáfora, le faltó una vuelta de tuerca más para consolidar su idea. Aquí es donde la idea de quiasma reaparece, veamos: Empatizar es poder comprender y comprender la experiencia del otro desde sí mismo, siendo lo más posible el otro sin identificarse por ello en esa acción de encuentro. Es también poder adentrarse en la mismidad- en nuestro caso del consultante- para desde allí, intervenir terapéuticamente, para facilitar su auto-comprensión y abrir el juego de su auto- actualización.

Desde este lugar se resignifican las resonancias y eso es muy alentador en un proceso de ayuda. Creo que hay un camino más a fondo aún, que no siempre es posible, pero debe estar en la idea y en el compromiso de un terapeuta que trabaje desde mi modelo. Me refiero a la idea de un entramarse empático vincular, que también nomino como confluencia de consciencias. Es un modo más comprometido de estar con ese otro, siendo nosotros otro que se ofrece a generar una relación nosotros. Esto implica que las intervenciones emergen desde un estar juntos, en un espacio intermedio, quiasmático, que transita de las resonancias que son chequeadas por el terapeuta, a consonancias mutuas que surgen del encuentro terapéutico. Como he dicho y se me ha escuchado, el terapeuta no es sólo alguien que escucha, crea clima, empatiza y chequea la experiencia que narra y ofrece su consultante. Es algo más que surge, es también *otro nosotros* que ofrece su nostridad, desde intervenciones que lo comprometen con su pensar/sentir, en el momento de la sesión y que se explicitan y comparten como parte de la experiencia mutua. Es por ello que me gusta agregar, la palabra holístico al modelo de base que poseo, y también denominarlo como fenomenológico relacional.

Si bien, hay un alguien que solicita ayuda a un profesional que considera competente para ayudarlo, si bien hay roles bien entendidos, sostengo la idea

[Escriba aquí]

que esos deben ir diluyéndose en la apariencia. Digo apariencia porque lo ideal, para mí, es que si alguien está observando o escuchando un fragmento de sesión, como idealmente me la imagino, y a ella aspiro, a ese observador le costaría determinar quién es quién, quien es el que ayuda y quien es el ayudado. Observaría consonancias mutuas. Observaría un encuentro. Observaría que, según el momento, ninguno o ambos tienen el poder. Esto es lo que aspiro, al poder compartido, para que el que consulta, se empodere mejor de sí mismo. Para ello, el terapeuta, tiene que ir, lentamente, abdicando del poder, que inevitablemente le otorga, el que consulta (si éste pensara que el terapeuta no tiene algún poder, seguro que no lo consultaría).

Esto, se logra, si se camina hacia la confluencia de consciencias, que en la práctica concreta llamo empatía vincular.

Puesta en acción de todo lo expuesto, sin la cual todo lo dicho, para mí, no tendría sentido cuando trabajo de terapeuta. Más aún si no logro alcanzar, en la relación que establezco con mis consultantes, un mínimo de aproximación a esta aspiración, no me siento coherente conmigo.

#### **4. La importancia de un mito fundante: Psique y Eros**

Hace varios años, más precisamente en 1994, en la Conferencia Inaugural de las V Jornadas Argentinas de Psicología Humanística, la cual presidía, presenté un trabajo.

Lo titulé: “Contexturas posibles de la relación de ayuda - El mito de Psique y Eros”<sup>78</sup>. Ese escrito, se refería a las condiciones de una relación de ayuda y a las diferencias entre el modelo médico/ psicoterapéutico, y el modelo de desarrollo personal, al cual adscribía y adscribo.

Cerré ese trabajo diciendo que la historia mítica, escrita como una novela filosófica por Apuleyo, dos siglos antes de Cristo, nos podía ayudar mucho a entender nuestra posición.

---

<sup>78</sup> Escrito que forma parte como Capítulo 20 del libro “Estar presente”, por Andrés Sánchez Bodas

[Escriba aquí]

Hoy en estos apéndices me parece muy actual poder reproducirlo textual, tal como lo escribí entonces- hace hoy 22 años – porque lo sigo sosteniendo como el mito que puede fundar nuestra posición teórica y práctica.

### **EL MITO DE PSIQUE Y EROS**

A mediados del siglo 11 antes de Cristo, Apuleyo<sup>79</sup> escribió una novela filosófica, donde relata la historia de Psique y Eros.

Psique (alma), hija de un rey, tenía dos hermanas.

Las tres eran hermosas, pero Psique las sobrepasaba. Sus encantos eran sobrenaturales, hasta el punto que llegaban desde muchas comarcas para admirarla, y poco a poco empezaron a adorarla como una nueva diosa Venus.

La verdadera Venus, extremadamente celosa, decidió vengarse. Cuando los padres fueron a consultar al oráculo acerca del por qué nadie la desposaba, éste fue influido por Venus para que le indicara a los padres que su hija debía ser llevada a una montaña, vestida de nupcias, y allí un monstruo iría a buscarla y se la llevaría consigo. Los padres, sí bien muy desesperados, cumplieron con las indicaciones del oráculo y la llevaron a esa montaña.

Venus indicó a su hijo Eros que influyera en Psique para que se enamorara del más feo y humilde de los mortales.

Pero cuando Eros vio a Psique quedó perdidamente enamorado de ella, y no pudo obedecer a su madre. Cuando la hermosa mujer quedó sola en la cima de la montaña, esperó a que apareciera el ser más horrible. En lugar de ello, un viento extraño la elevó por los aires y la depositó en un hermoso valle. Agotada se adormeció, y al despertar vio un espléndido castillo al que fue invitada a entrar por unas voces. La condujeron hasta un cuarto mientras una espléndida música sonaba armoniosamente. Por la noche, al despertarse en la oscuridad, sintió a su lado una presencia masculina. Ella supuso que era el horrible marido que le correspondía, pero éste (que en realidad era Eros) la trataba dulcemente. Psique era feliz por ese trato que se repetía cada noche, y al despertarse cuando venía el día, su hombre ya no estaba a su lado.

Pasado cierto tiempo, comenzó a extrañar a su familia y pidió a su esposo que le trajera a sus hermanas. Él le aconsejó que no lo hiciera, que aceptara su

---

<sup>79</sup> Apuleyo (Romano, 123 – 180): a veces llamado Lucio Apuleyo, fue un escritor latino. Su fama se la debe a “*La metamorfosis*”, obra también conocida como “*El asno de oro*”, en donde se incluye la fábula de Psique y Eros.

[Escriba aquí]

felicidad tal como era. Ella siguió insistiendo, y él, que la quería mucho, aceptó y llevó a las hermanas al palacio. Las hermanas, muy celosas de la felicidad de Psique, le hicieron creer que su marido era un dragón horrible que la engordaba para devorarla. Entonces le sugirieron que por la noche llevara un cuchillo y una lámpara, ya que con la luz podría verlo y matarlo.

Al intentarlo esa noche, pudo ver la belleza de Eros. Entonces titubeó, y un poco de aceite de la lámpara cayó sobre el cuerpo del hombre y lo despertó. Amor (eros), vio a Psique con el cuchillo en la mano y supuso una traición de ella. Muy decepcionado, desplegó sus alas y voló muy lejos. Psique, muy herida afectivamente, castigó a sus hermanas mintiéndoles, diciendo que Amor las buscaba más allá de la montaña. Ellas se lanzaron al abismo, destrozándose en la caída.

Psique recorrió el mundo buscando a Eros, pero nadie la quería ayudar por temor a Venus. Entonces se entregó a su enemiga (Venus), quien empezó a torturarla encargándole tareas horribles, entre ellas bajar a los infiernos a buscar un cofrecillo que tenía un ungüento para la belleza, que no debía abrir. Nuevamente, Psique no pudo con su curiosidad (Venus sabía de esta debilidad), y lo abrió. Del cofre salió un vapor narcótico que la adormeció.

Eros, que la seguía amando, al verla sumida en el sueño mágico, la despertó, y subiendo al Olimpo pidió permiso a Zeus para casarse con esa mortal. El gran dios aceptó de buen grado. Venus y Júpiter, madre y padre de Eros, consintieron con esta decisión de su hijo y concurrieron al casamiento.

Psique fue convertida en inmortal como su esposo, y de esta unión nació una hija que se llamó Voluptuosidad.

Mucho antes que Apuleyo escribiera esta novela, se habían representado en pinturas y esculturas helénicas estas relaciones entre el Alma y el Amor.

El Alma, reflejo de lo puro, encadenada al cuerpo y a la tierra con sus malas pasiones y la curiosidad.

El Amor ayuda con su presencia y contacto a romper esas cadenas y ascender al mundo purificador y divino de las Ideas y actuar contra la naturaleza (matar al padre y casarse con su madre) lo que acaba en tragedia.

En cambio, Psique y Eros representan las emociones normales implicadas en la competencia entre madres y nueras; los padres dando el aval a sus hijos y permitiendo que la vida exprese su crecimiento.

[Escriba aquí]

Por otra parte, Psique está representada con connotaciones de fragilidad y belleza, y sólo por medio de un Eros maduro, reflexivo y valiente, puede desarrollar sus posibilidades, una realidad diferente, engañándola acerca de los intereses de Eros, y cómo a partir de esta forma de mirarse y mirar la vida estaba alienada de sí misma. Pero Alma salió en busca de ayuda, quiso encontrar su energía vital, el amor, y estuvo dispuesta a los mayores sacrificios, hasta el adentrarse en los infiernos, para encontrarlo.

Buena metáfora de la búsqueda de sí mismo, buena metáfora de cómo se pide ayuda y de cómo se la brinda.

Un análisis profundo de este mito nos acerca a la esencia del modelo que sostengo.

### **5-Quiasma, y No- directividad**

Hemos transitado el texto, con ensayos y escolios, en esta instancia, y ante la culminación de mi escritura, necesito hacer una breve conclusión haciendo eje en conceptos que, a mi entender, establecen un nuevo paradigma, no solo de la profesión que ejerzo y enseño, sino además, de cualquier disciplina que pretenda ser científica.

Me refiero a los conceptos de Quiasma (que titula el libro), la no-directividad y la reducción fenomenológica, como método, integrados en la ubicación del conocer el objeto de estudio y luego operar sobre/en/con él.

Quiasma: Es un sustantivo, que proviene del griego y significa disposición cruzada, como tal designa, define, aquello de lo que se habla. En mi caso lo incorporo como un concepto, que en su idea de cruce de variables, de entrama, de urdimbre, de entretejido, posibilita la superación, de los criterios de causalidad, de las búsquedas del por qué y del para qué, así como de los dualismos, del monismo y de la dialéctica. Los supera, no porque los anula, sino porque los integra en relación al suceso y/o el acontecimiento, que se esté tratando de comprender, en la seguridad de que el hecho está allí, ante nosotros. En nuestro caso el consultante, en el de otras disciplinas, el objeto de estudio.

La idea de que lo que sucede/acontece/es, siempre es quiasmático, nos permite, nos da el permiso, de acercarnos abiertos al asombro del encuentro, sin prejuicios/juicios previos, y dejar que ese hecho nos invada con lo es.

[Escriba aquí]

Si pensamos que todo lo que Es, es producto de un quiasma, nos alejamos de la idea de causa y vamos al efecto, lo que observamos siempre es un efecto, un resultado, nunca vemos causas - ni una ni muchas - esas las deducimos, sabiendo que son deducciones explicativas, ya sea para tranquilizarnos en esa explicación o para justificar alguna acción, lo importante es, que si lo hacemos, no creamos que son verdades, sino solo conceptos relativos.

Si aquello que vivimos y observamos, lo pensamos de esta manera, podemos, con paciencia, alcanzar algún núcleo que será fusión, conexión de variables, de la extensión y la temporalidad del hecho.

Todo hecho/acontecer/suceso posee una cualidad que se presenta extensa, es decir visible en su presencia y se da en un tiempo medible ante nosotros, si son hechos materiales. La integración de la extensión y tiempo nos genera contextos, es así que todo hecho es contextual porque es quiasmático, dicho de manera recursiva, todo lo que sucede es contextualmente quiasmático.

Por ello, en lo que nos implica, como terapeutas, nuestras intervenciones, devienen de una escucha activa, presente en la “relación nosotros”, impregnada de actitudes no-directivas, de un descentramiento de sí mismos y un centramiento en la vinculación.

Desde esa posición, reitero una vez más, no buscamos causas, no delineamos un camino hacia el pasado, ni hacia el futuro, todo lo que necesitamos, ambas partes, es estar allí, abiertos a lo que acontece, sabiendo que de hacerlo podemos llegar al centro del quiasma del relato, donde todo se cruza. En ese punto, en esa trama que emerge, del telar que se nos presenta, está la historia, la memoria, el proyecto de sentido, las emociones, los sentimientos, el significado, en síntesis todo lo que se es, en ese instante, en esa instancia.

Allí, estando allí, intervenimos, con todo el bagaje que disponemos y del cual hemos ya expuesto en el ensayo sobre intervenciones.

Dejamos hablar, hablamos, dejamos sentir, sentimos, dejamos pensar, pensamos, dejamos proyectar, proyectamos, dejamos buscar, buscamos, acompañamos, proponemos reducciones, chequeamos, esperamos, sugerimos, esperamos y el proceso fluye, la percepción mutua se abre y el quiasma que entrelazamos facilita el conatus.

[Escriba aquí]

La persona que somos emerge, el organismo, que estaba detenido, frustrado, trabado, recupera su intención vital. El consultante resignifica, re-percibe y abre su juego.

El problema de consulta se resuelve, y su desarrollo personal/humano, retoma desde su cadena inicial experienciante, la mismidad y la yoicidad, facilitada por el encuentro nosotros. El consultante integra lo visible con lo invisible, con una percepción que ahora está liberada y promueve un devenir existencial más coherente y auténtico, con quien se es.

Una posición de escucha no-directiva y fenomenológica, posibilita que el paradigma quiasmático, pueda darse en las relaciones terapéuticas tal como las entiendo, las ejercito y las he compartido con Uds., mis lectores.

## EPÍLOGO

*Clor. María Reyes*

Para entender la realidad, entiéndase por ésta, como conceptos, conductas, discursos, teorías o hechos, se hace necesario conocer el contexto en el cual discurren y se asientan.

El contexto nos ubica en un tiempo, un espacio, en un determinado paradigma que permite interpretar y asimilar adecuadamente esa realidad.

Sánchez Bodas en este libro nos expone su modelo, y desde aquí hay varios aspectos a tener en cuenta.

Un modelo teórico es definido por Boudon<sup>80</sup> como un encadenamiento deductivo de proposiciones a partir de otras proposiciones o axiomas, pudiendo ser analítico o deductivo.

---

<sup>80</sup> Boudin, Raymon. (1934-2013) Sociólogo y filósofo francés. Se destacó por sus aportes a la sociología de la educación.

[Escriba aquí]

Todo modelo teórico, necesariamente, tiene que ofrecer aspectos novedosos para alcanzar un conocimiento más completo y profundo del objeto de estudio, sabiendo que su aporte es sólo provisional.

Por lo tanto, un modelo teórico permite construir nuevos conceptos, esclarecerlos y explicarlos, para enriquecer y renovar su praxis.

Para introducirnos en el estudio del modelo de Sánchez Bodas partiremos de dos conceptos: la explicación y la comprensión.

1. La explicación se centra en el análisis, para lo cual se deben hacer recortes y está basada en un proceso cognitivo en donde la razón nos dice el por qué, el cómo y el para qué de las cosas. Es decir, debe aplicarse la lógica para poder trascender lo lingüístico.

De Aristóteles heredamos la explicación a través de las causas, según su principio

Los modelos teóricos tienen tres dimensiones o niveles:

1. Nivel de la fundamentación o cosmovisión: es la raíz epistémica desde donde se basa la teórica. Es su sustento filosófico, sociológico e ideológico. Es el paradigma asumido, desde el cual, el autor establece su concepción de Hombre y de Universo.
2. Nivel de las teorías: las teorías forman un conjunto de hipótesis explicativas, un conjunto de proposiciones que permiten explicar la naturaleza de ciertos fenómenos, sus orígenes y cualidades. Si hablamos de teorías psicológicas es desde este nivel de donde emergen las concepciones del funcionamiento psíquico, de personalidad, de posibilidad de cambio, etcétera.
3. Nivel de las técnicas: es el nivel en donde se explicita la metodología a seguir. En el campo "psi", se trata de definir y establecer el "cómo" de la relación de ayuda.

Estas tres dimensiones deben formar un entramado consistente, y si bien los modelos pueden ser eclécticos, debe existir entre la teoría y la práctica una coherencia epistemológica.

el razonamiento válido o correcto. Durante la Edad Media los científicos se alejan de los paradigmas del pensamiento griego para encontrar en el dogma de la Iglesia toda explicación. Pero este tipo de especulaciones mágico-mítico-religiosas son rechazadas ya entrado el siglo XVII, en donde nace un nuevo concepto de ciencia, que perdurará hasta los nuevos descubrimientos de la física acontecidos a mediados del siglo pasado.

2. En cambio la comprensión no divide ni recorta, toma el fenómeno en su totalidad original. Por ejemplo, para comprender un texto no sólo es necesario conocer y entender el significado de cada una de las palabras, amerita



[Escriba aquí]

realizar un procedimiento complejo de integración de las partes, relacionando los contenidos de manera coherente para posibilitar la construcción del significado de lo que se lee. En la comprensión de textos hay dos actores: el escrito que debe contener la información necesaria y adecuada a las características del lector y ser instrumental para lo que se requiere comunicar y el sujeto que lee, cuyo rol activo presupone conocimientos previos acerca del léxico y cierta información general que le permitan acceder al contenido explícito e implícito del texto.

En este volumen, el nivel explicativo está dado en los Ensayos y los Apéndices que expusiera el autor, de los cuales el Lic. Gómez Laumann hace un exquisito y pormenorizado análisis, en el que dando un pasito más nos introduce en la comprensión global no sólo del texto, sino también de la obra del autor.

A partir de lo mencionado hasta aquí, se desprende que el modelo Holístico Integrativo es un modelo en donde el autor expone claramente su marco teórico con su correspondiente metodología.

Por lo tanto, y sin más que agregar al respecto, nos adentraremos en el estudio del marco epistemológico desde el cual Sánchez Bodas elabora su postura.

En la base de cualquier teoría está la orientación del autor hacia algún modo de interpretar al hombre como ser individual y social, y su concepción del mundo, de la realidad y del Universo. Aunque esta orientación es personal siempre está sujeta, de alguna manera, a definidas posturas filosóficas, antropológicas y científicas.

Según Bateson<sup>81</sup> la Epistemología establece “de qué manera los organismos conocen, piensan y llegan a conclusiones que determinan conductas”. Es decir, que el estudio epistémico revelará la forma de conocer y de construir la realidad, por lo que cuando se trata del estudio de una teoría se requiere de una reflexión

---

<sup>81</sup> **Bateson, Gregory** (1904 — 1980) antropólogo, científico social, lingüista y cibernético. Algunos de sus escritos más notables son encontrados en sus libros: Pasos hacia una ecología de la mente, 1972; Espíritu y naturaleza, 1979; El temor de los ángeles: epistemología de lo sagrado, 1987.

[Escriba aquí]

epistemológica, esto es, conocer al autor para saber cuál es su concepto de hombre, de ciencia y de mundo.

Siguiendo a Bateson y Kuhn<sup>82</sup>, aquí utilizaré el término paradigma como sinónimo de epistemología, entendiendo paradigma como un complejo modelo constituido por creencias, valores, reglas, normas, estereotipos, compartidos por la sociedad en un momento histórico determinado y que al ser asumidos como verdades, influyen en la construcción de la realidad.

Vayamos al texto. El modelo *Holístico Integrativo*, es el producto de un proceso de integración que nace desde los primeros años en los que Sánchez

Bodas estudia en la facultad de psicología. Lector incansable, ha abrevado de múltiples fuentes. Desde el psicoanálisis, la Fenomenología Existencial, el Pensamiento Oriental, introduciéndose en los últimos años en el Paradigma Holístico y las neurociencias. Pero sin lugar a dudas lo que marca el punto de partida, es el haberse encontrado en su camino con el Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers. Es un punto de inflexión en su formación como persona y terapeuta.

Pensemos en los años de estudiante de Sánchez Bodas en los que emerge con fuerza lo que Marlyn Ferguson denominó la “*Conspiración de Acuario*”<sup>83</sup>. En esos años aparecen como tópicos imprescindibles en los nuevos profesionales: el respeto por la autonomía individual; el énfasis en la libertad para la actividad creativa, la autoexpresión y el autoconocimiento; la necesidad de transformación individual como un primer eslabón para cualquier reforma; la flexibilidad como valor inherente al pensamiento y las acciones.

El joven Andrés, militante de esta nueva revolución, y con todo el bagaje de los humanistas a cuestas, encuentra en Rogers la vía regia para su práctica profesional.

---

<sup>82</sup> **Kuhn, Thomas Samuel;** (1922 - 1996) físico y filósofo de la ciencia estadounidense, conocido por su contribución al cambio de orientación de la filosofía y la sociología científica en la década de 1960.

<sup>83</sup> Ferguson, Marylin (1938-2008). Escritora nacida en EEUU, autora del libro “La Conspiración de Acuario”, en donde expone la noción de cambio de era y sus dimensiones político-sociales, comparando el viejo y el nuevo paradigma.

[Escriba aquí]

Se aleja, sin renegar, de su formación psicoanalítica específicamente kleiniana, para adentrarse en lo que considera un modelo más acorde a su concepción de hombre y a lo que él entiende como relación de ayuda.

Encuentra en el ECP fundamentos teóricos concordantes con sus ideales y la base metodológica para su práctica profesional. Dice Rogers en uno de sus escritos: “... *no se trata sólo de una psicoterapia, sino de un punto de vista, de una filosofía, de un enfoque de la vida, de un modo de ser*, conceptos que ya estaban en el espíritu de Sánchez Bodas.

Veamos un gráfico donde se demarcan sus bases, teorías y prácticas que fueron con-formando su modelo:

[Escriba aquí]



Es desde aquí, desde donde prosigue su camino hacia su propia construcción, integrando.

Integración es la acción y efecto de integrar.

Dice el Diccionario de la Real Academia Española, *Integrar*: es completar un todo con las partes que faltaban; hacer que alguien o algo pase a formar parte de un todo; aunar, fusionar dos o más conceptos, corrientes, etc., divergentes entre sí, en una sola que la sintetice.

Sánchez Bodas construye su modelo desde la integración como un proceso de coordinación y unificación de múltiples conceptos desde un paradigma

[Escriba aquí]

cibernético de segundo orden<sup>84</sup>, en el intento de comprender la conducta humana y su interacción, como un sistema de circuitos totales completos.

Es por ello que su forma de abordar la terapia esté dentro de un paradigma alternativo: “ni esto, ni aquello”, respondiendo también a una epistemología ecológica y ecosistémica.<sup>85</sup>

Integrar para el autor significa:

- a) Síntesis totalizadora de aprendizajes (cognitivos y experienciales) adquiridos, a partir de la lectura profunda y sistemática, de sus cuestionamientos sobre las posturas ortodoxas, y de su experiencia clínica. Esto significa que ha logrado hacer una relación y conexión de los saberes obtenidos que le han permitido armar un nuevo conjunto de conocimientos, plasmados en su Modelo Holístico Integrativo. Siguiendo a Vigotsky<sup>86</sup> el desarrollo y el aprendizaje son dos procesos que interactúan desde el conocimiento previo, el medio y la práctica.
- b) Adoptar cierta actitud totalizadora a la hora de mirar al que lo consulta. Esto es, poder dimensionarlo sin escindirlo, es poder contemplar como un quiasma los planos: afectivo, conductual, cognitivo, biológico y espiritual.
- c) Integración teórica y metodológica: claramente expuesto en la “Carta para Juan”, en donde sostiene que ningún sistema teórico psicológico es válido por sí solo. Por lo que su enfoque integrativo consiste en agrupar distintas posturas desde un marco conceptual unificador y coherente (el ECP), con la posibilidad de aplicar múltiples estrategias de intervención.

---

<sup>84</sup> Cibernético: Nuestra conducta pauta y delimita la respuesta de nuestro interlocutor y es esta misma la que regula nuestra conducta y así sucesivamente. Proceso dialéctico definido desde la cibernética como una pauta que organiza los procesos físicos y mentales, esto es, al ingresar nueva información dentro un sistema, ésta permite corregir la desviación, rectificando el error, es decir, modifica la comunicación de retorno y mejora el objetivo.

<sup>85</sup> Bateson, Maturana, Varela, von Forester, Weirner: representantes de la epistemología ecológica-ecosistémica-cibernética.

<sup>86</sup> Vygotsky, Lev (1896 - de 1934) psicólogo ruso, destacado teórico de la psicología del desarrollo, fundador de la psicología histórico-cultural y claro precursor de la neuropsicología soviética.

[Escriba aquí]

En su libro “El Enfoque Holístico Centrado en la Persona”<sup>87</sup>, él mismo reconoce haber pasado por cuatro momentos, con una clara intención integrativa (sic).

Hoy llega a conceptos claves e inseparables: holismo, quiasma, percepción y no-directividad, enmarcados dentro de una epistemología posmoderna en donde se enfatiza la noción de red, las conclusiones aproximativas, el consenso y las valoraciones relacionadas con la estética y la ética.

Atravesar el texto supone conectarse con estos principios de variables móviles, expuestos en permanente bifurcación y coincidencia. Todo está ahí como grietas en la superficie, lejos de las profundidades oscuras. Su lectura es un quiasma, porque cada punto se conecta con otro, nada se sustrae ni se pierde en laberintos inaccesibles. Todo está ahí presente, en la coexistencia de los tiempos. Nos acerca entonces al devenir como proceso dinámico de la realidad, proceso de ser siendo. Esta realidad que se constituye desde y con el otro, ya sea en las relaciones interpersonales, con un objeto o en el entramado de la consulta.

Es por esto que estos conceptos clave nos remiten a que “la realidad es un todo indivisible”: principio de la física cuántica, idea de “El Todo” del pensamiento oriental, y al holismo ontológico (opuesto al reduccionismo y al atomismo).

Alistado en el pensamiento de Merleau Ponty trasciende las dualidades: mente/cuerpo; superficial /profundo, alejado de las dos dimensiones cartesianas *res cogitans* - *res extensa*, para sólo entender que la unidad es confluencia.

En el mundo físico “todo afecta a todo”, a pesar de mostrarse como un conjunto de partes. Por ende, el observador forma parte de esa realidad, que si bien él la construye, no puede separarse.

Considerando holismo <sup>88</sup> en su acepción general, se lo entiende como una posición epistemológica que postula que los sistemas (físicos, biológicos, sociales, organismos, entidades, relaciones, eventos, números, conjuntos, proposiciones, mundos posibles, creencias,

---

<sup>87</sup> Sánchez Bodas, Andrés; “El Enfoque Holístico Centrado en la Persona. Abriendo el juego hacia la mismidad”. Buenos Aires, Edit. LEA, 2005. Pág.10

<sup>88</sup> del griego *hólos*: todo, por entero, totalidad.

[Escriba aquí]

pensamientos, etc.) deben ser analizados en su conjunto y no sólo a través de las partes que los componen. Observa el sistema como un todo integrado, como un conjunto complejo, que determina el comportamiento las partes. El análisis separado de cada una de esas partes no puede explicar el funcionamiento del todo.

Desde su concepción de hombre, Sánchez Bodas se instala dentro del holismo ontológico que señala que el ser se desarrolla alcanzando niveles de complejidad en donde aparecen otras propiedades en el sentido de la autoorganización y la autorregulación.

También dijimos anteriormente, que la comprensión amerita no dividir el fenómeno, sino respetarlo en su totalidad desde su propia configuración. Este postulado es consistente con la fenomenología existencialista, que se opone al esencialismo que ve al individuo como producto del determinismo que lo define.

Por lo tanto, el modelo Holístico Integrativo, en ausencia de determinismos, alude a la comprensión desde una totalidad que adquiere valores constitutivos, también dentro del marco de la consulta conformando un todo que se hace presente en la interacción consultor-consultante.

Flexible en su postura, entiende la complejidad del ser desde una lógica dialéctica circular, en donde las entramas se explican desde la percepción de todos los contextos.

Uno de los aspectos, entonces que puede definir este modelo es la relación quiasma – holismo. Desde la propia definición de SB, quiasma es el punto de cruce de múltiples variables y es este cruce un punto en donde el todo se manifiesta en sus particularidades.

Según como él propone y ejerce el encuentro terapéutico aquí se halla la puesta en práctica de esta interacción: *“Ser holístico es ser, sentirse ser y acercarse al otro con una intención totalizante, aun reconociendo la partición estructurante en la cual co-existe la persona mientras es un siendo camino al hacer”*<sup>89</sup>. Y en tanto encuentro con el otro en una relación de ayuda, se construye un campo

---

<sup>89</sup> Sánchez Bodas, Andrés. “Estar presente”, Edit. HOLOS, Buenos Aires, 1997. Pág. 293

[Escriba aquí]

quiasmático en donde se entraman *con* y *en* los *siendo* del terapeuta y del consultante.

*Si se abrieran las puertas de la percepción  
Todo aparecería ante nuestros ojos tal cual es, infinito  
Porque quien se ha cerrado a sí mismo  
Ve todas las cosas a través  
Del estrecho resquicio de su caverna.  
William Blake<sup>90</sup>*

Según lo antes dicho estos conceptos están estructurados en forma de red y cobran más sentido aun cuando los observamos desde la impronta que le da Sánchez Bodas a la percepción.

Notablemente influenciado por el pensamiento de Merleau Ponty y Deleuze, en donde la base de todo conocimiento se da a través de la percepción en una relación indisoluble sujeto / mundo.

Merleau-Ponty no se queda en el principio de Husserl: "toda consciencia es conciencia de algo" sino que postula que "toda conciencia es conciencia perceptiva".

Para Merleau-Ponty, con el gran aporte de la Teoría de la Gestalt, la percepción adquiere una dimensión activa, en la medida en la que representa la posibilidad de conocer el "sí mismo", el mundo y sus circunstancias.

Deleuze<sup>91</sup>, por su parte sostiene: " Los seres humanos somos un haz de percepciones en perpetuo flujo y movimiento".

Gómez Laumann define a Sánchez Bodas como "perceptivista", por lo cual yo me arriesgaría a decir que la siguiente frase de Deleuze: "*Cuando penetro en lo que llamo mí, yo encuentro percepciones*", bien podría haberla dicho él.

Sánchez Bodas nos invita a volver al "mundo humano", el mundo tal y como es percibido por el sujeto, ofreciendo una amplia gama de relaciones. El realismo y el racionalismo consideraban al sujeto y al objeto, como dos aspectos separados, intentando explicar la realidad fuera de ella.

---

<sup>90</sup> Blake, William; ( 1757-1827). Poeta, pintor y grabador inglés, perteneciente al Romanticismo.

<sup>91</sup> Deleuze, Gilles (1925 - 1995) fue un filósofo francés, considerado entre los más importantes e influyentes del siglo XX. *Entre sus obras figuran: Diferencia y repetición y Lógica del sentido.*



[Escriba aquí]

Inmerso en la realidad subjetiva construida en la relación, el autor centra a la percepción como base del conocimiento.

Y por último nos enfocamos en el análisis de la no-directividad. Es este concepto el que le da un marco de originalidad al ECP de Rogers, ya que podemos decir que las tres condiciones necesarias y suficientes se encuentran en otras posturas terapéuticas (aunque cabe aclarar que es Rogers el que les da una impronta particular, y cuyo análisis está suficientemente descripto).

La no-directividad es una postura filosófica enmarcada en la libertad, la responsabilidad y el respeto en el devenir del otro, y también central en el pensamiento de Sánchez Bodas. Y según mi parecer íntimamente ligado a la doctrina del *wu wei* del taoísmo.

*Wu wei*, concepto filosófico aplicado también a la política, que significa en chino “no acción”, entendiéndose que no actuar no es lo mismo que no hacer nada.

*Wu wei* significa también “*hacer sin esfuerzo*”, y ésta sería una característica natural de los seres vivos. Esto es, las plantas, los animales y hasta los humanos crecemos sin esforzarnos a ello, simplemente lo hacemos, sin necesidad de poner intención, o a acceder a determinadas destrezas o pericias.

La *no-acción*, presupone una posición filosófica de “dejar ser”, en la confianza de que el fluir tomará el rumbo adecuado a su naturaleza. Trasladando este concepto a las relaciones humanas, y especialmente a las relaciones de ayuda, se trata de un acompañamiento del libre fluir del consultante, favoreciéndolo sin interceptar, sin truncar, frenar o reprimir.

La apuesta de Sánchez Bodas en este nuevo libro es ir un poco más allá de las propuestas teóricas. No se conforma con acumular experiencia clínica. Profundiza, indaga, reflexiona, lee, consulta, repiensa, de una manera flexible y fluida, para ayudarnos a entender los misterios de la psiquis.

[Escriba aquí]

Bateson nos dice que debemos encontrar una manera de pensar (percibir) que sustituya los objetos por relaciones. Esto es lo que Sánchez Bodas hace en este texto. Inserto en el nuevo paradigma de la ciencia, nos acerca a valiosas reflexiones teóricas que aportan el fundamento indispensable a la hora de ejercer las profesiones de ayuda psicológica.

Y para concluir me atrevo a presentar la profesión desde la cual ejerzo el modelo presentado en este libro. Entonces me hago la pregunta ¿por qué counseling? La respuesta es sencilla: porque es una relación de ayuda profesional que se aleja de las praxis explicativas y deterministas, del paradigma salud-enfermedad, en un intento de comprender que las personas que atraviesan una crisis no necesariamente sufren un disturbio psicológico, sino que las crisis representan en el ser humano las ocasiones de crecer en el autoconocimiento y de esta manera mejorar sus relaciones interpersonales.

El counseling, introducido en nuestro país por Sánchez Bodas, es una relación de ayuda polifacética que permite que su ejercicio profesional pueda hacerse desde varios modelos teóricos.

El counseling, primero desde el Enfoque Centrado en la Persona, y luego desde el modelo Holístico Integrativo, es el valle fértil en donde florece el campo quiasmático.

No se trata sólo de una conversación, es un proceso intenso y mutuo para el consultor y el que busca ayuda, que se encuentran en el mismo escenario fenoménico, en un mismo “*campo quiasmático*”, aunque con roles diferentes que hacen al objetivo de la consulta.

Y es, desde un “estar presente no-directiva y empáticamente”, (a la manera del autor y con todas las implicancias del modelo presentado aquí), en donde se promueve el contacto directo con la experiencia, facilitada por el consultor que con sus intervenciones podrá crear un movimiento de retroalimentación, de circularidad, que en el transcurso del proceso traerá nueva información, tanto para el counselor como para el consultante.

Desde la práctica del ejercicio del counseling desde este enfoque, integramos desde lo contextual, lo espiritual, lo social. Integrar modelos, praxis, ideas,

[Escriba aquí]

pareceres, hipótesis diversas, metodologías, disciplinas, nos abre a flexibilizar nuestro hacer dentro del counseling, abriendo nuevas puertas, visualizando nuevas fronteras para el ejercicio de nuestra profesión.

Es en donde me doy cuenta de que puedo acompañar y comprender mejor el devenir experiencial del que busca mi ayuda. Es un *campo quiasmático* en donde se entrecruzan: las ciencias nuevas y las viejas; las necesidades del ser; las percepciones; la construcción del relato; el enojo; el sostén; la orientación; la multiplicidad de lecturas; los mí, los yo, los nosotros; las incertidumbres; las palabras y los silencios; el llanto y el humor; la complicidad; en un permanente presente que convierte el ámbito de la consulta en un universo de energías que se entrelazan, siempre con el objetivo de brindar ayuda y bienestar.

### **SINTESIS DE CONCEPTOS NODALES**

Para comprender como tramito la ayuda hay conceptos nodales a debatir:

- QUIASMA
- NO DIRECTIVIDAD
- HOLISMO
- FENOMENOLOGIA EXISTENCIAL
- TRANSDUCCION
- ENTRAMA
- TELAR
- METAESTABILIDAD
- RELATO
- 
- ECOLOGIA
- LA NATURALEZA NO NATURAL DE LO HUMANO
- PERCEPCION
- DESEO
- LENGUAJE/LINGÜÍSTICA/LA PALABRA
- SENTIMIENTO
- LO REAL
- LO IMAGINARIO
- LA DESTRUCTIVIDAD

[Escriba aquí]

- ACASUSALIDAD
- ATEMPORALIDAD
- AZAR
- CENTRAMIENTO/DESCENTRAMIENTO
- PERSONA/INDIVIDUO
- CUATERNIDADES
- RELACIONAL
- EMPATIA VINCULAR
- CONFLUENCIA DE CONSCIENCIAS
- CONSCIENCIA
- CONCIENCIA
- MISMIDAD
- YOICIDAD
- NOSTRIDAD/NOSOTREAR
- PERSONALIZACION
  
- PROCESOS DE INTERVENCIONES
- INTEGRACION DE RECURSOS

Desde el desarrollo de estos conceptos nodales se llega al cómo se asiste a consultantes, lo que se busca en la relación de ayuda, el objetivo/finalidad.

Andres Sanchez Bodas/ 2018

## **CURRICULUMS VITAE DEL AUTOR Y COLABORADORES**

### **Andrés Sánchez Bodas**

Licenciado en Psicología- UBA- 1972- Psicoterapeuta y Counselor. Como Profesor Universitario ha sido Profesor Titular en la Universidad de Buenos Aires y en la Universidad de Palermo, Profesor Invitado en la Universidad de San Juan. Introdutor del Counseling en la República Argentina- Creador del modelo terapéutico “Enfoque Holístico Centrado en la Persona.” Director Institucional de Holos Sanchez Bodas- Primera Escuela Argentina de Counseling, creada en 1987 y con sedes en San Isidro, Capital Federal, Rosario, Mar del Plata y Nuevo Delta. Director Honorario de la Asociación

[Escriba aquí]

Peruana de Psicoterapia Centrada en la Persona y Counseling. Counselor Honorario de la Asociación Argentina de Counseling. Presidente de varios Congresos Internacionales de Counseling y Enfoque Centrado en la Persona. Director de la filial argentina de la National Board Certified Counselors-International. Miembro de la IAC (Asociación Internacional del Counseling). Miembro avalado por IRCEP con sede en USA. Director de la revista virtual internacional [www.revistaenfoquehumanistico.com](http://www.revistaenfoquehumanistico.com). En el año 2000 recibió el Premio Vocación Académica otorgado por la Fundación que organiza la Feria del Libro de Buenos Aires. Autor de numerosos artículos y varios libros de la especialidad, entre ellos: “Crear Salud o Curar Enfermedad” (1993) “Psicoterapias en Argentina” (1994), “Estar Presente” (1997), “Counseling Humanístico” (1999), “Buscar un lugar en el Mundo” (2001), “Que es el Counseling” (2003), “Desplegarse” (2005), “Enfoque Holístico Centrado en la Persona” (2005), “Conocer a Carl Rogers” (2006). Manifiesto Humanístico (2010). Co autor en “Psicología Humanística”(1995) y Anorexias y Bulimias(1995).

**Ezequiel L. Russo:** Counselor graduado del Instituto Juan Amos Comenio, con especialización en Desarrollo Personal egresado de Holos Sanchez Bodas sede San Isidro. Gerontólogo por el Instituto de Investigaciones Médicas, con más de 15 años de experiencia interdisciplinaria y hospitalaria. Estudió Psicología y Psicopatología en la Universidad de Flores. Es especialista en Gerontopsiquiatría y Neurorehabilitación Cognitiva por la Asociación

Neuropsiquiátrica Argentina. Docente de la carrera de Counseling, Director General de Orientándome Consultora y Responsable Terapéutico de “Edificio Manantial” Vivienda asistida para adultos mayores.

**José Gómez Laumann:** Licenciado en Psicología (UdeMM, 2009). Consultor Psicológico especializado en Desarrollo Personal ( Holos- Instituto Argentino de Psicología Humanística y Counseling, 2002). Ex personal jerárquico de Televisión Federal S.A. Docente titular de Consultoría laboral y organizacional (Holos Sánchez Bodas, 2005). Consultor e instructor en temas de liderazgo, equipos de trabajo y habilidades de counseling. Autor de "Counseling humanístico y desarrollo profesional", en Grinblat, A. (2008) "La práctica del Counseling en la Argentina", Buenos Aires: Georges Zanun Editores.

**María Reyes:** Counselor, egresada de Holos Sánchez Bodas. Ha recibido el Certificado Nacional De Counselor (CCN), otorgado por nbcc Argentina y nbcc Internacional. Especializada en Desarrollo Personal, Pareja y Familia, Adolescencia, Codependencia, EMDR. Docente de la carrera de Counseling a cargo de las materias Deontología Profesional, Lo Imaginario, Integración de Recursos, Consultoría Psicológica I. Ex miembro del equipo asistencial de la Asociación Argentina de Counselors. Actualmente realiza su práctica profesional en forma privada y como parte del equipo asistencial de Holos Sánchez Bodas.

## BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Arciero, Giampiero; *Tras las Huellas de Sí mismo*. Edit. Amorrortu, 2009.
- Artiles, Manuel; *La Actitud Psicoterapéutica*. Edit. Bonum, 1975.
- y Martín, Orlando y colab.; *Psicología Humanística*. Edit. Hernandarias, 1995.
- Badiou, Alain; *Lógica de los Mundos. El Ser y el acontecimiento*. Edit. Manantial, 2008.
- Badiou, Alain; *Condiciones*. Edit. Siglo Veintiuno, 2012.
- Barceló, Tomeu; *Entre personas*. Desclée de Brouwer, 2008.
- Batenson, Gregory; *Pasos hacia una ecología de la mente*. Lohlé-Lumen, 1998.
- Bauman, Zygmunt; *Amor líquido*. Fondo de Cultura económica, 2005.
- Bermejo, José C.; *Apuntes de relación de ayuda*. Humanización de la salud, 1997.
- Brazier, David y colab.; *Más Allá de Carl Rogers*. Edit. Descleé de Brouwer, 1997.
- Buber, Martin; *Yo y tú*. Ediciones Nueva Visión, 2002.
- Campos, Alfredo; *La Psicoterapia No Directiva*, Edit. Herder, 1982
- Ceberio, Marcelo R.; Watzlawick, Paul; *La construcción de universo*. Herder, 1998.
- Crapa, Fritjof; *El punto crucial*. Troquel, 1992.
- Ciaramicoli, Arthur y Colab.; *El poder de la Empatía*. Edit. Vergara, 2000.
- Damasio, Antonio; *Sentir Lo que Sucede*. Edit. Andres Bello, 2000.
- Damasio, Antonio; *En Busca de Spinoza*. Edit. Paidós, 2014.
- de Bella, Mario; *Thomas Kuhn y las revoluciones científicas*. Eudeba, 2007.

[Escriba aquí]

De la Puente, Miguel; *C.Rogers de la Psicoterapia a la Enseñanza*. Edit. Razón y fe, 1973.

Deleuze, Gilles; *En medio de Spinoza*. Edit. Cactus, 2008.

Deleuze, Gilles; *La subjetivación, Curso sobre Foucault*. Edit. Cactus, 2015.

Frick, Willard; *Psicología Humanística*. Editorial Guadalupe, 1973.

Fuster, Joaquín; *Cerebro y Libertad*. Edit. Ariel, 2014.

Giordani, Bruno; *La relación de Ayuda, de Rogers a Carkhuff*. Edit. Desclée de Brouwer, 1997.

Haour, Bernardo; *Introducción a la Fenomenología de la Percepción. Maurice Merleau Ponty*. Edit. Fondo Editorial, 2010. Edit. Desclée de Brouwer.1987.

Janis, Irving; *Formas Breves de Consejos*

Keeney, Bradford; *Estética del cambio*. Paidós, 1987.

Lafarga Corona, G.; del Campo. *Desarrollo del Potencial Humano*. Edit. Trillas, 1978.

Luypen, W; *Fenomenología Existencial*. Edit. Carlos Lohle, 1967.

Martinez, Yaqui y Signorelli, Susana; *Perspectivas en Psicoterapia Existencial*. Edit. LAG. Colección Sentidos, 2011.

Maturana, Humberto; *El Sentido de lo Humano*. Edit. Hacchete, 1992.

Maturana R., Humberto; Varela G., Francisco; *El árbol de conocimiento*. Lumen, 2003.

Merleau Ponty, Maurice; *Signos*. Edit. Six Barral, 1964.

Merleau Ponty, Maurice; *Phenomenologie de la Perception*. Edit. Gallimard, 1945.

Mearn, D.; Thorne, B.; *La terapia centrada en la persona hoy*. D. de Brouwer, 2003.

Moreira, Virginia; *Más allá de la Persona*. Edit. Univ. De Santiago, 2001.

Payne, Martín; *Terapia Narrativa*. Edit. Paidós, 2010.

Pages, Max; *La orientación No directiva en Psicoterapia*. Edit. Paidós, 1970.

Peretti, André; *El Pensamiento de Carl Rogers*. Edit. Atenas, 1979.

Peretti, André; *Libertad y Relaciones Humanas*. Edit. Marova, 1971.

Rogers, Carl; *Psicoterapia Centrada en el Cliente*. Edit. Paidós, 1966.

--- *El proceso de Convertirse en Persona* .Edit. Paidós, 1972.

--- Grupos de Encuentro. Edit. Amorrortu, 1973.

--- *Orientación Psicológica y Psicoterapia*. Edit. Narcea, 1978.

[Escriba aquí]

- *El Poder de la Persona*; Edit. Manual Moderno, 1980.
- *El Camino del Ser*; Edit. Kairós Troquel, 1986.
- *Teoría de la Personalidad*; Edit. Nueva Visión.
- y otros; *Psicología Existencial*; Edit. Paidós, 1963.
- y Marian Kinget; *Psicoterapia y Relaciones Humanas*. Edit. Alfaguara, 1967.
- y B. Stevens y otros; *Persona a Persona*. Edit. Amorrortu, 1970.
- Saldanha Erthal, Tereza.; *Terapia Vivencial*. Edit. Lumen, 1993.
- Sánchez Bodas, Andrés: *La Egometamorfosis*. Edit. EM, 1972.
- *Estar Presente, Desde Carl Rogers al Enfoque Holístico Centrado en la Persona*. Edit. Holos, 1997
- y colab.; *¿Crear Salud o Curar Enfermedad?* Edit. Holos, 1993.
- y otros; *Psicoterapias en Argentina*. Edit. Holos, 1994.
- y colab.; *Counseling Humanístico*. Edit. Holos, 1999.
- *Buscar Un lugar en el Mundo*. Edit. Del Nuevo Extremo, 2001.
- *Qué es el Counseling*. Editorial Lector, 2003.
- *Desplegarse*. Edit. Lector, 2004.
- *El Enfoque Holístico Centrado en la Persona*. Edit. LEA, 2005.
- *Carl Rogers- Como alcanzar la Plenitud*. Con la colaboración de Lucrecia Sánchez Berneman. Edit. LEA, 2006.
- *Manifiesto Humanístico- Introducción a nuevo verbo: Nosotrear*. Edit. LEA, 2009.
- Sartre Jean, Paul; *La trascendencia del Ego*. Edit. Síntesis, 2003.
- Simondon, Gilbert; *Curso sobre la Percepción*. Edit. Cactus, 2012.
- Simondon, Gilbert; *La individuación*. Edit. Cactus, 2009.
- Spinoza, Benedictus; *Ética*. Edit. Caronte Filosófica, 2005.
- Tausch R, y A. Marie; *Psicoterapia por la Conversación*. Edit. Herder, 1987.
- Quitmann, Helmut; *Psicología Humanística*. Edit. Herder, 1989.
- Rud, Claudio; *Entre Metáforas y Caos*. Edit. Nueva Generación, 2004.



[Escriba aquí]

Spinelli, Ernesto; *Introducción a la Psicología Fenomenológica*. Apunte.

Vidal y Benito, María del Carmen; *La Empatía en la Consulta*. Edit. Polemos, 2012.

Vilanova, Alberto; *Contribuciones a la Psicología Clínica*. Edit. Adip, 1993.

Zizek, Slavoj; *Visión de Paralelaje*. Edit. Fondo de Cultura Económica, 2006.