

Sección Entrevistas

ENTREVISTA A SUSANA SIGNORELLI, YAQUI MARTÍNEZ Y RAMIRO GÓMEZ SALAS

Por Gaspar Segafredo

Buenos Aires, Argentina

Tres de los principales referentes de la psicología existencial latinoamericana hablan del impacto que ha tenido la pandemia en la subjetividad humana: crisis colectiva, virtualización de la vida, nuevas formas de vincularnos y manifestaciones actuales en la clínica; entre riesgos y posibilidades de transformación.

Los tres son psicólogos con recorridos existenciales, tanto en el campo terapéutico como en el reflexivo literario, al que han aportado con varias publicaciones de libros y artículos. Forman parte de la comisión directiva de ALPE y de las respectivas delegaciones de sus países, y hace décadas vivencian la psicoterapia existencial junto a pacientes, colegas y alumnos. Lo interesante es que cada uno lo hace a su manera, tal como reflejan las tres entrevistas realizadas virtualmente y por separado, desde Buenos Aires, Ciudad de México y Lima. Ante los grandes interrogantes que genera la pandemia, con sus claroscuros de incertidumbre, crisis y oportunidad, estas tres visiones de colores tan diversos forman un mosaico existencial, que muestra paisajes del pasado, del presente y del futuro.

¿Cuál es el aporte que puede hacer la psicología existencial latinoamericana para pensar lo que ocurre en esta época de crisis pandémica?

Susana Signorelli: En general, la psicología existencial trata temas referidos a la existencia, como la libertad, la responsabilidad, el enfrentamiento con la nada y con la muerte; temas que la pandemia ha puesto en primer plano. Podrá analizar el cuidado del propio ser y cómo es un ser con otros y para otros, su propia seguridad personal, que afecta a toda la comunidad; entender que protegerse se realiza protegiendo. Abarca desde lo personal individual, que sería el mundo propio, íntimo, y también el mundo con los otros, sin olvidar que el cuerpo se hace muy presente; y así estaríamos incluyendo las tres facetas del ser-en-el-mundo.

Yaqui Martínez: A veces en la vida hay malas noticias y tenemos una predisposición a voltear la cabeza. La perspectiva existencial invita a no voltear la cabeza a las malas noticias, a querer verlas de frente. A integrar luces y sombras de la existencia. En términos más específicos, de la perspectiva latinoamericana, nosotros tenemos una forma espontánea de entender y vivenciar lo existencial a través de lo relacional. Revisando estructuras culturales latinoamericanas,

sobre todo nuestra raíz indígena, hay fundamentos que facilitan que nosotros pensemos el mundo desde lo relacional. Y durante la pandemia la centralidad de lo vincular se torna ineludible.

Ramiro Gómez Salas: Una psicología existencial, desde Latinoamérica, debe priorizar la necesidad de pensar la libertad a partir de nuestras condiciones históricas, que permitan la expresión creativa del ser. Nuestros pueblos conocen las restricciones a la libertad, ocurridas en distintas épocas. La Escuela de Pintura Cuzqueña es anónima, porque a los pintores indígenas les negaban el derecho a la autoría de sus obras. Hemos de asumir la riqueza de nuestra realidad mestiza; síntesis de lo europeo, lo asiático, lo africano y lo indígena. Desde esa identidad podremos interactuar con otros, para reencontrarnos en el diálogo. Porque no hay un Yo sino un Tú, como señalaban los fundadores del pensamiento existencial del siglo XX, como Marcel y Buber.

¿Qué huellas dejará en la subjetividad humana la paradoja actual del vínculo como amenaza, por el contagio, y como riqueza afectiva, revalorizada por contraste ante el distanciamiento social?
¿Podremos volvernos más individualistas o más amorosos?

Yaqui Martínez: Lo que está ocurriendo dejará inevitablemente huellas en nuestra subjetividad y en las formas de vincularnos. El asunto es qué haremos con ellas. Hay una conciencia de la importancia de nuestros vínculos persona a persona. Lo veo en mis pacientes, mis alumnos, en mí mismo; extraño dar un abrazo a mis amigos, estar con ellos en una parrilla, interactuar de manera juguetona. Como antes lo dábamos por sentado, no parecía algo ante lo cual tuviéramos que tomar decisiones. Ahora, en cambio, sí. Tengo algunos pacientes que me dicen: "sabes, no puedo por zoom, ¿podemos vernos en persona?" Ahí yo tengo que tomar una decisión, porque hay un riesgo y también un beneficio. Antes se hacía así y punto. Ahora tengo que elegir. Entonces, me lleva a algo profundamente existencial: soy más consciente de que decido la manera en que me relaciono. Soy de los optimistas que creen que a mediano y largo plazo esto puede ser algo muy positivo para la humanidad.

Susana Signorelli : Una cosa es lo que me gustaría y otra lo que veo que está sucediendo. Esto es muy dinámico. Al principio, por ejemplo, la gente estaba maravillada de cómo estábamos cuidando el planeta

al estar aislados, que la vida reverdecía. Después eso desapareció por completo: otra vez ya no nos interesa el planeta. Hay barbijos descartables tirados por todas partes, que han ido a parar al océano. O sea que vamos a ser como antes, a pesar de que tengamos que cuidarnos. Algunas personas pueden haber cambiado conscientemente su forma de vivir, pero esto no ocurre a nivel general, y no creo que la gente estará más unida y solidaria a nivel planetario. Lo hemos visto con los médicos: los hemos aplaudido un tiempo, después ya no más; y nadie sale a la calle a pedir que los médicos ganen mejor, estén en mejores condiciones y sean los primeros en recibir la vacuna.

Ramiro Gómez Salas: Creo que el hombre contemporáneo está herido, porque es incapaz de amar. La verdadera experiencia del amor es una caída, por eso en inglés y francés enamorarse se dice “caer en el amor”. Tenemos miedo de “caer en el amor”, de la incertidumbre que implica, y por lo tanto hemos creado amores light. Amar es donarse al otro, comprometerse responsablemente con él o ella. La existencia, como decía Heidegger, es posible porque nos cuidamos, nos reconocemos y conformamos, los unos a los otros en los vínculos. La incapacidad del hombre contemporáneo de donarse hace que su existencia sea la de un internauta: va por la superficie de inmensos conocimientos y experiencias, pero no es capaz de sumergirse. Hay una hondura a descubrir en el otro, una subjetividad profunda detrás de la superficie de su piel. En la medida en que tú no tengas esa hondura, puedes ser sujeto de explotación, de uso. En el momento en que descubro que detrás de tu mirada hay un contenido, una historia, alguien como yo, pero distinto de mí... la búsqueda utilitaria de personas frena.

¿Qué está ocurriendo con la virtualización y canalización tecnológica de las relaciones sociales, acentuadas por la pandemia y su distanciamiento social? ¿El auténtico encuentro Yo-Tú puede ocurrir sin la presencia del cuerpo?

Ramiro Gómez Salas: La virtualidad es una sobrealidad que permite conversemos y nos veamos, pero no permite el espacio de encuentro íntimo. Son miles de años de evolución biológica en que la mirada, el olfato, el movimiento, la temperatura, se constituyen en la experiencia subjetiva de la presencia de otro. La virtualidad suele ser vista como problema de habilidades, obviando el impacto ontológico. Hay una hermosa descripción de Octavio Paz del encuentro amoroso, en *La llama doble*. Dice que el cuerpo de la amada tiene valles, montañas, llanuras y honduras que uno nunca termina de explorar. En contraste, recientemente, un reportaje en la televisión peruana sobre cómo pasar el día de San Valentín presentó a una periodista en una tienda de artefactos eróticos: mostraba un anillo que el hombre podría ponerse en el pene y que la mujer podría hacer vibrar cuando lo quisieran, desde su celular. La tecnología intentará darle a la persona lo que la

realidad no. Pero el anillo y el juego que ella pueda darle a quilómetros de distancia nunca van a suplir a la persona de cuerpo presente. No tenemos un cuerpo, somos un cuerpo. En planos menos íntimos, el darse la mano en un saludo, no solamente revela la calidez, temblor y firmeza del otro, sino que el sentir la mano, me confirma que el otro me está tocando, me está saludando. Recuerdo un poema de Machado, que dice que “el ojo que tu ves no es un ojo porque lo ves, sino que es un ojo porque te ve”. Podemos decir que la mano que tomas, no es una mano porque la tomas, sino porque te toma a ti.

Yaqui Martínez: El cuerpo parece menos presente. Pero desde la pantalla puedo notar ciertas cosas de tu rostro que de otra manera no podría. Tengo menos cuerpo, pero más rostro. Los dispositivos electrónicos son instrumentos, pero paradójicamente hablando, también son extensiones de mi cuerpo. Por ejemplo, el teléfono se convierte en extensión de mi memoria con mis contactos y datos almacenados; de mis ojos cuando hago zoom o saco fotos... A través de la computadora puedo transmitir mi voz e imagen y recibir las tuyas. Es verdad que a veces nos instrumentalizamos un poco, pero también podemos corporeizar y humanizar a la tecnología, a través de la experiencia subjetiva de ella. Nuestra experiencia es nuestro puente con el mundo, y la tecnología hoy está en ella. Es una oportunidad para estar más conscientes respecto a cómo nos estamos cambiando, momento a momento; cómo el mundo me influye y cómo yo influyo en el mundo. Puede ser que no tomemos la oportunidad, y todo se vuelva igual o peor que antes. Pero yo prefiero trabajar a favor de la transformación.

Susana Signorelli: No es lo mismo encontrarse con el otro de cuerpo presente, con mayor expresividad, que a través de la pantalla. Pero, a su vez, el espacio virtual ha permitido muchas relaciones con otras personas en distintos lugares del mundo, que antes por las distancias y las posibilidades no se construían. Con mi propia hija que vive en Inglaterra me comunico mucho más ahora que antes. Si bien se perdió cierta calidad en el vínculo, se adquirieron otras relaciones. En ese sentido estamos mucho más cerca, por ejemplo, con colegas de otros países. Por otra parte, sí creo que es posible el encuentro a través de la pantalla. Mi experiencia con la terapia por video llamada es la de un espacio de encuentro, donde ambas partes de la relación terapéutica podemos ser auténticas, y contar lo que cada uno siente respecto al vínculo. Se ha podido continuar con las terapias sin problema, con todo lo que implica trabajar cuestiones personales; la gente ha podido llorar en pantalla, como lloraba presencialmente. Es algo que se ha ido adaptando poco a poco. Sin embargo, también es cierto que el abrazo presencial no puede ser reemplazado por uno virtual. Y nosotros necesitamos el abrazo.

ámbito del estudio sociológico o biológico, como ocurrió con la Gripe Española.

El corte en la cotidianidad global que implicó la crisis pandémica, ¿puede ser pensado como una situación límite de la humanidad, que permita replantear nuestra forma de vida (evidentemente insostenible desde lo económico, social, ambiental y existencial)?

Susana Signorelli: Para que una situación pueda ser una situación límite tiene que ser una sorpresa, algo que irrumpe en nuestra vida, como lo fue la pandemia en principio. Cuando ya te acostumbraste y lo volviste parte de la cotidianidad, entonces deja de serlo. Como decía Yalom, se puede mirar el sol solamente por un momento, si no te enceguece. El ser humano no puede estar continuamente enfrentándose a la muerte: cuando salió vivo, supone que lo superó. Mucha gente sigue cuidándose con el barbijo y las distancias. Pero ya es un resguardo cotidiano. Antes también se evitaba tocar superficies y algunos nos cambiábamos de ropa al ingresar a la casa. Ahora se sabe que hay poca probabilidad de contagio de esa forma. Hay conocimientos que aliviaron y permitieron no vivir en angustia permanente. Aunque por mucho que avance la ciencia y que tengamos la certeza de aplicarnos una vacuna, la incertidumbre volverá siempre en otra situación. Esto es una constante de la existencia que la pandemia trajo a la luz. Que luego nosotros queramos tapanla, yelijamos regresar al mismo camino en busca de certezas conocidas, es otra cuestión. Al final, siempre nos encontraremos con lo incierto. Pero no todos pueden vivir con esa conciencia.

Ramiro Gómez Salas: Desde Jaspers, podemos decir que la pandemia como situación límite plantea a la humanidad la posibilidad de la *Existence*, la existencia auténtica, que lleva a trascenderse, a elevarse. ¿Será la humanidad capaz de interiorizar su vulnerabilidad, y, a partir de allí, construir relaciones y vínculos en un mundo distinto? El camino pospandemia podría buscar mejores niveles sanitarios en los países que han visto sus limitaciones hospitalarias, de la informática en los medios educativos... quizá incluso se creen hábitos de mayor cuidado. Sin embargo, esto se irá debilitando en la medida en que el hombre vuelva a ganar la sensación de dominio sobre la vida, en la actitud falsa de convertirse en un pequeño Dios de la creación. El cientificismo a través de lo tecnológico vende el sueño del poder sobre la naturaleza. Asimismo, la tecnología es invasiva en los mercados capitalistas, su interés es ocupar la voluntad de la persona. Dirigir las necesidades desde dentro, el llamado neuromarketing, es un ejemplo. El mercado también tiene el poder de asimilar aquello que lo cuestiona. Ocurrió con la figura del Che Guevara, que pasó de revolucionario a producto de consumo. El hombre olvidará esta pandemia, que será relegada al

Yaqui Martínez: Creo que esta situación pandémica ha profundizado nuestra conciencia de lo ambiental, cuya crisis está a la vuelta de la esquina. Cruzo mis dedos para que esto nos lleve a hacer algo distinto. Evoco el escrito de Albert Camus, *La Peste*, que habla de una epidemia médica, que es metáfora de una cultural: la forma individualista y fragmentaria que ha ido tomando la civilización de Occidente, que ha invadido el mundo entero. Tal como lo planteó Camus, la alternativa para salvarnos es una sola: la solidaridad entre los hombres. Entonces creo que la catástrofe económica provocada por la pandemia convoca nuestra facultad de ser solidarios y de mirarnos desde la compasión; nos llama a replantear tanto el sistema de producción como nuestro paradigma sociocultural, desde allí. Estamos ante la oportunidad histórica de transformarnos, pero no estoy seguro de si la aprovecharemos.

Desde la experiencia clínica, ¿ha observado cambios respecto a la conciencia existencial de los pacientes, a partir de la crisis pandémica? ¿Hay alguna tendencia a replanteos del propio modo de vivir?

Yaqui Martínez: Partiendo de la idea de que generalizamos para poder compartir ideas, puedo decir que no mucho. Sí noto en mis pacientes un incremento en la angustia, la depresión y la ansiedad. Los ataques de pánico se han triplicado. La gran mayoría están más atentos a la urgencia del momento. Me parece que todavía estamos en lo agudo, que exige resolver lo inmediato en la superficie. Es lo crónico lo que permite un poco más de buceo. Con lo agudo lo que urge es salir a respirar. Pero si junto a mis pacientes logramos sostener la exploración de la vivencia emergida del enfrentamiento a la pandemia, quizá podamos entrar posteriormente en un terreno más amplio, donde cuestionarnos qué significa nuestra existencia y cómo la hemos co-construido hasta el momento.

Ramiro Gómez Salas: Creo que no termina de ocurrir. Nos cuesta mucho asumir nuestra vulnerabilidad como una condición del ser. La tendencia es la de pensar que la vulnerabilidad no habita en mí, sino en el agente externo que es el virus, que es el enemigo. Desaparecido el virus, desaparecerá el problema. Habrá un vaciamiento hacia el exterior: la gente se quitará el barbijo y seguirá con su vida. Es como un preso que al salir vuelve a disfrutar de su libertad. Necesita olvidar que durante el período de encierro ha tenido una adaptación secundaria a la condición de carcelería. Esto le va a saltar cada tanto, como con un trauma. En eso sí creo que puede haber un cambio. La única condición de vulnerabilidad que pareciera extenderse pospandemia es el terror que vamos a sentir cuando

alguien diga que hay un virus nuevo, o que el virus ha mutado, o que la persona con quien salgo tiene síntomas extraños, o que las vacunas tienen efectos negativos.

Susana Signorelli: Sí, eso lo vi reflejado en la clínica, y también en una investigación previa que hice al inicio de la pandemia, donde las personas afirmaron haber atravesado planteos existenciales. En la segunda investigación que estoy realizando veré si esto continúa. En la clínica mucha gente se vio fuertemente impactada y angustiada, y se ha replanteado cómo quiere vivir. En algunos casos, aumentó la irritabilidad, el enojo; varias parejas entraron en conflicto; el cruce constante del espacio laboral, educativo y familiar trajo problemas interpersonales. En general, quienes trabajan en salud mental han visto un incremento de los niveles de angustia en sus pacientes. Los psiquiatras también han reconocido esto y han tenido que medicar más que antes. También hubo problemas de insomnio, de gente que adelgazó demasiado o engordó. Pero a pesar de la angustia, del sufrimiento y lo enfermo, se hace presente cómo ante la adversidad podemos tomar una actitud sana y positiva, de replantearnos la propia forma de vivir.

Curriculum

Licenciado en Psicología (UB) y Licenciado en Comunicación Periodística (UCA). Posgrado y Formación en Logoterapia y Análisis Existencial (UCA y Fundación Argentina de Logoterapia). Facilitador de Mindfulness (TYB). Formación clínica en Psicoterapia con orientación relacional (CAPS, La Ribera). Psicoterapeuta en el Equipo Infantojuvenil de Salud Mental del Centro de Atención Primaria de la Salud, La Ribera (San Isidro, Buenos Aires).

Correo de contacto: gasparsegafredo@gmail.com

Fecha de entrega: 09/02/2021

Fecha de aceptación: 28/02/2021