

Revista 19

Editora y Directora Responsable Científica

Lic. Susana C. Signorelli (Argentina) Fundación CAPAC – ALPE – Confederación Mundial de Terapeutas Existenciales.

Consejo Editorial

Lic. Teresa Glikin (Argentina) – ALPE – Fundación CAPAC y trabajadora independiente.

Dra. Marta Guberman (Argentina) - ALPE – Universidad del Salvador – Fundación Argentina de Logoterapia.

Prof. Emilio Romero (Brasil) – ALPE, ex docente de varias Universidades y trabajador independiente

Prof. Ana María López Calvo (Brasil) - ALPE – Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Prof. Myriam Protasio (Brasil) - ALPE - Universidad Federal de Río de Janeiro – IFEN Instituto de Psicología Fenomenológico-existencial de Río de Janeiro.

Dr. Miguel Mahfoud (Brasil) - Universidad de San Pablo.

Dr. Alberto de Castro (Colombia) - ALPE – Decano Universidad del Norte – Barranquilla.

Dr. Yaqui Martínez (México) - ALPE – Director del Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.

Dr. Ramiro Gómez (Perú) - ALPE – Presidente de la Asociación Peruana de Psicoterapia Fenomenológica Existencial - Decano Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Dr. Pablo Picerno (Ecuador) - Director General de Investigaciones de la Universidad Central del Ecuador.

Dra. Ana María León Tapia (Ecuador) - ALPE – Centro de Prevención Psicológica. Universidad Central de Ecuador.

Dr. José Paulo Giovanetti (Brasil) - Facultad de los Jesuitas.

Dra. Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina-Grecia) - Asociación Helénica de Psicología Existencial, Asociación Helénica de Psicología Positiva. Univ. Panteion, Univ. Thessalia y Univ. Nacional Kapodistriaca.

Coordinadora Sección Investigación
Ana María Lopez Calvo de Feijoo (Brasil)

Coordinadora Sección Aportes Originales
Marta Guberman (Argentina)

Coordinador Sección Ensayos y Revisión
Alberto de Castro (Colombia)

Coordinador Sección Comentario de libros
Emilio Romero (Brasil)

Coordinadora Sección Novedades Existenciales
Susana Signorelli (Argentina)

Coordinador Sección Entrevistas
Gaspar Segafredo (Argentina)

Corresponsal para el mundo no latino
Katerina Georgalos de Zymnis (Argentina – Grecia)

Prensa y difusión internacional
Mtra. Gabriela Flores (México)

Diseño de tapa e interior
Mendez Matias

Editorial

Fundación CAPAC

Dirección administrativa

Álvarez Jonte 456 – Ramos Mejía –
Prov. de Bs. As. C. P.: 1704 – Argentina.

Correo electrónico:

funcapac@fibertel.com.ar

ISSN 1853-3051

ISSN-L 1853-3051

Año 10 - Nº 19 – Octubre 2019

Revista virtual semestral (Abril y Octubre de
cada año)

Asociación Latinoamericana de Psicoterapia
Existencial

Próximo número: Abril de 2020

Auspician Fundación CAPAC (Argentina),
IFEN (Brasil), CIREX (México), APPFE (Pe-
rú) CEPPs Psicólogos (Ecuador)

Comisión Directiva de ALPE**Período 2017 - 2020**

Presidente: Yaqui Martínez
Secretaria: Myriam Protasio
Tesorera: Marta Guberman
Vocal titular primero: Alberto de Castro
Vocal titular segundo: Ana María López Cal-
vo de Feijoo
Vocal titular tercero: Ramiro Gómez
Vocal suplente primero: Teresa Glikin
Vocal suplente segundo: Gabriela Flores
Vocal suplente tercero: Esperanza Abadjieff
Revisor de cuentas: Max Jiménez
Revisor de cuentas suplente: Ana María León
Tapia

Miembros de honor:

Emilio Romero (Brasil)
Pablo Rispo (Argentina) (post mortem)

Presidentes honoríficos:

Susana Signorelli (Argentina)
Yaqui Martínez (México)

Miembros correspondientes:

Emilio Spinelli (UK)
Emmy van Deurzen (UK)

Comisión Asesora:

Emilio Romero (Brasil)
Susana Signorelli (Argentina)
Yaqui Martínez (México)



CURSO A DISTANCIA
Psicología Existencial. Su aplicación a la terapia

Coordinación general: Fundación CAPAC
Inicio: cuando se inscribe
Duración: 32 clases

ARANCELES

Pago al contado 10% de descuento.
Pago en 8 cuotas:
USD 100 para latinoamericanos,
USD 200 para otros países.
Descuento del 20% para socios de ALPE
Descuento de 10% para estudiantes.
Descuento de 10% para 3 o más inscriptos de una misma institución o grupo.

INCRIPCIÓN

Enviar la siguiente ficha de inscripción a :
funcapac@fibertel.com.ar
Nombre y apellido
Domicilio, país, teléfono, e-mail, profesión

ABONAR POR

Por depósito bancario, para argentinos,
averiguar condiciones a funcapac@fibertel.com.ar

Por Western Union (para otros países),
averiguar condiciones a funcapac@fibertel.com.ar

PROGRAMA

En página de ALPE y de Fundación CAPAC

Sumario

Objetivos y normas para publicación	pág. 5
Convocatoria de ALPE	pág. 8
Editorial	
<i>Marta B. Guberman</i>	pág. 10
Sección Novedades Existenciales	
Comentarios del II Congreso Mundial.	
<i>Susana Signorelli.</i>	pág. 11
Informe del II Congreso Mundial de Terapia Existencial.	pág. 18
<i>Susana Signorelli.</i>	
Conversando con Hilce Darío Dejesús	pág. 19
Sección ensayos	
Apuntes para una eco-psicopatología con base en un existencialismo transpersonal desde una perspectiva compleja.	
<i>Christian Omar Bailón Fernández.</i>	pág. 20
Sección aportes originales	
Escucha y silencio en la relación terapéutica.	
<i>Emilio Romero</i>	pág. 26
Esgrima como método de terapia existencial.	
<i>Vyacheslav Letunovsky</i>	pág. 33
Sección Entrevistas	
A Kirk Schneider	
<i>por Gaspar Segafredo.</i>	pág. 45
Sección Comentario de libro	
Comentario de libro	
<i>por Emilio Romero</i>	pág. 51

Objetivos de esta publicación

Dar a conocer los últimos trabajos que vienen realizándose en el mundo, en idioma español y/o portugués, efectuados especialmente por latinoamericanos, sobre la aplicación del enfoque existencial en todas sus áreas de estudio.

Público al que va dirigido

Especialistas en Terapia Existencial, psiquiatras, psicólogos, consejeros (counselors), coach, filósofos, sociólogos, antropólogos, docentes, estudiantes de dichas carreras, público en general interesado en la temática.

Temática

Se aceptan temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas del lector.

Política de acceso abierto

Esta revista proporciona acceso abierto inmediato a su contenido. Nuestro editor, el University Library System de la University of Pittsburgh, se suscribe a la definición de [Acceso Abierto de la Iniciativa de Acceso Abierto de Budapest](#):

“Por "acceso abierto" a esta [literatura científica revisada por pares], queremos decir su disponibilidad gratuita en Internet público, permitiendo a cualquier usuario leer, descargar, copiar, distribuir, imprimir, buscar o usarlos con cualquier propósito legal, sin ninguna barrera financiera, legal o técnica, fuera de las que son inseparables de las que implica acceder a Internet mismo. La única limitación en cuanto a reproducción y distribución y el único rol del copyright en este dominio, deberá ser dar a los autores el control sobre la integridad de sus trabajos y el derecho de ser adecuadamente reconocidos y citados.”

Los investigadores se involucran en este proceso por el bien público, sin embargo, debido a barreras de costos o restricciones de uso impuestas por otros editores, los resultados de las investigaciones no están a disposición de toda la comunidad de usuarios potenciales. Nuestra misión es apoyar a un mayor intercambio de conocimiento a nivel global al permitir que la investigación publicada en esta revista esté abierta al público y sea reutilizable de acuerdo a los términos de la licencia Creative Commons [CC-BY](#).

Además, sugerimos a los autores pre-publicar sus manuscritos en repositorios institucionales o en sus sitios web antes y durante el proceso de envío de sus trabajos

para evaluación, y publicar el PDF correspondiente a la versión final de la Revista después de su publicación. Estas prácticas benefician a los autores con intercambios productivos, así como también con una mayor citación de los trabajos publicados.

No hay costos de procesamiento de los artículos, costos de envío, o cualquier otro cargo requerido a los autores por someter sus artículos a esta revista.

Comunicación con los lectores

El Consejo Editorial está abierto al intercambio con el público lector. Para poder complimentarlo publicamos una sección titulada Carta del lector. Al mismo tiempo mantenemos un canal abierto a través de las redes sociales como Facebook de: ALPE, ALPE Argentina y Susana Signorelli, además de las páginas web: www.fundacioncapac.org.ar y www.alpexistencial.com y en esta última podrá encontrar un blog.

Archivar

Utilizamos el sistema LOCKSS para crear un archivo distribuido entre las bibliotecas participante, permitiendo a dichas bibliotecas crear archivos permanentes de la revista con fines de preservación y restauración. [Biblios Keepers Registry](#). [LOCKSS](#).

Código de Ética

Nos regimos por el código de ética: Code of Conduct and Best Practices Guidelines for Journals Editors, COPE en <https://publicationethics.org/oversight>

Detección de Plagio

Se utiliza el detector de plagio [plag.es](http://www.plag.es).

Normas para la presentación de artículos

Los autores de los distintos países latinoamericanos o de otros lugares del mundo, que deseen enviar sus trabajos para ser publicados deberán hacerlo por correo electrónico al representante de su propio país, si no lo hubiera, pueden hacerlo al correo de la dirección de la Revista que coincide con el de la Delegación Argentina.

Delegación Argentina:
funcapac@fibertel.com.ar

Delegación Brasil:
ana.maria.feijoo@gmail.com

Delegación Colombia:
amdecast@uninorte.edu.co

Delegación Ecuador
amleont@uce.edu.ec

Delegación México:
yaqui@circuloexistencial.org

Delegación Perú:
raqs28@gmail.com

Requisitos para su aceptación

Se aceptarán trabajos de investigación, análisis de casos, aportes al trabajo comunitario, elaboración teórica original, análisis de autores, comentario de libros, aportes al esclarecimiento de problemáticas desde una perspectiva social con una mirada existencial. En general temas relacionados con la psicología, la salud, la educación, la filosofía, la sociología, la antropología, la ecología y cualquier otra área del saber donde esté presente el enfoque existencial. También aceptamos cartas al editor.

Los trabajos de **investigación** deben constar de: Introducción, estado de arte, hipótesis, metodología (cuali y cuantitativa según corresponda), casuística, lugar de aplicación, resultados, discusión, conclusiones.

Si se trata de un **análisis de caso**, debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, conclusiones.

El **trabajo comunitario** debe constar de: Introducción, marco teórico, metodología, sector beneficiado, lugar de aplicación, resultados, conclusiones.

Si se trata de un **análisis de autor**, debe constar de: Pequeña biografía del mismo y listado de los libros que se analizan.

Si se trata de una **temática original** debe constar de: Introducción, estado de arte, desarrollo y conclusiones.

Si se trata de **comentario de libros**, debe constar de: Título original del libro, autor, año, ciudad en la que se editó, país y editorial.

Se aceptan también **cartas del lector** con una extensión máxima de una página A4.

En caso de que el autor pertenezca a la nacionalidad de alguno de los países miembros que conforman la ALPE, será arbitrado por un Delegado de ese país (a doble ciego), posteriormente el trabajo pasa a ser arbitrado por un par consultor externo, referente de la temática propuesta (a doble ciego) y una vez que se hayan expedido todos ellos, se le enviará un correo electrónico al autor para notificarlo, tanto de las modificaciones que se solicitan como de su aprobación o rechazo. La decisión de los revisores es inapelable. En caso de sugerir modificaciones el artículo se aprobará para su publicación si estas fueran cumplimentadas, de lo contrario no será publicado. En el caso de que hubiera una aceptación y un rechazo, quien arbitrará será la directora y editora de esta publicación.

A los revisores se les envía una guía para la revisión de artículos, pero solamente a modo de guía ya que pueden seguir su propio criterio.

En caso de que el autor no esté representado por una Delegación de ALPE, deberá enviarlo a la Directora de la Revista, quien procederá a elegir a doble ciego, a un miembro del Consejo Editorial y luego se procederá de igual forma que para el caso anterior.

El envío de un trabajo significa que el autor reconoce que el mismo es original e inédito, en los idiomas español o portugués, y destinado exclusivamente a esta Revista, no está permitida la presentación simultánea a otro medio de publicación. Si el trabajo original hubiera sido publicado en otro idioma que no sean los que la revista solicita, se aceptará publicarlo en idioma español o portugués con la condición de mencionar la fuente en la que fuera publicado y se le solicitará que presente la correspondiente autorización del medio que lo publicó.

El autor (o autores) es el único responsable de las ideas vertidas así como de la exactitud y la adecuación de las referencias bibliográficas y asimismo se hace responsable de cualquier acción de reivindicación, plagio u otra clase de reclamación que al respecto pudiera sobrevenir. Al mismo tiempo cede a título gratuito a la Revista los derechos patrimoniales de autor que pudieran corresponder.

La reproducción total de los artículos de la revista en otras publicaciones o para cualquier otra utilidad, está condicionada a la autorización escrita de la Editora de la presente Revista. Las personas interesadas en reproducir parcialmente los artículos en ella publicados (partes

del texto, tablas, figuras y otras ilustraciones) deberán además obtener el permiso escrito del autor o autores. El autor que quisiera publicar su artículo en otro medio y en otro idioma deberá solicitar permiso por escrito a la editora de esta publicación.

Fecha de presentación de artículos

Para enviar los trabajos con la intención de ser incluidos en los números siguientes se aceptarán hasta el 1 de febrero para su publicación en abril y hasta el 1 de agosto para su publicación en octubre.

Formato de envío

Debe enviarse el texto en WORD - Letra Verdana, tamaño 10.

Extensión mínima: 4 carillas, extensión máxima: 18 carillas, en hoja tamaño A4, interlineado 1,15; incluyendo bibliografía. Si el trabajo contiene gráficos deben estar dentro de las carillas mencionadas. Márgenes superior e izquierdo de 2.5 cm., inferior y derecho de 2 cm.

Los artículos deben contener título, resumen y palabras clave en idioma español, y/o portugués e inglés. El texto del trabajo completo en español o portugués.

Enviar los siguientes datos, todos con carácter de obligatorios:

Título del trabajo
Nombre completo de autor/es
País y ciudad de residencia
Lugar de trabajo (nombre completo)
Institución a la que pertenece
Breve currículum del autor o autores
Resumen (150 palabras)
Palabras clave: entre 4 y 5

Introducción – Desarrollo – Conclusiones y/o los datos solicitados precedentemente, según corresponda.
Referencias bibliográficas y citas en el texto según normas APA (American Psychological Association).

La Revista, puede bajarla gratuitamente de la página de Fundación CAPAC: www.fundacioncapac.org.ar

.Si desea consultar por cursos o talleres, diríjase a los correos de los países miembros antes mencionado

Convocatoria

Las acciones de la ALPE son cada vez más amplias y abarcan varios países de Latinoamérica, pero es nuestra intención llegar a todos los demás países que hasta ahora no saben de nuestra existencia, por eso les pedimos a cada uno de ustedes que hagan llegar esta convocatoria a cuanto profesional conozcan para que se contacten con nosotros a los fines de profundizar el intercambio ya iniciado y así poder contar con una organización que nos nucleee y nos represente.

Si desea participar como País Miembro, le dejamos aquí las instrucciones

Solicitud para ser País Miembro

- a) Cualquier país latinoamericano tiene derecho a solicitar ser país miembro
- b) Se deberá solicitar la incorporación por nota enviada por correo electrónico a la C. D. quien se expedirá dentro del plazo de 15 días como consta en el Estatuto.
- c) El país solicitante se convertirá en Delegación del mismo ante la ALPE con un mínimo de 3 socios titulares con los cargos de Presidente, Secretario y Tesorero, los cuales deberán cumplir con lo establecido en el Estatuto y Reglamentos de la ALPE.
- d) El Presidente será representante del país en las reuniones de C. D. con voz y voto.
- e) El Presidente no tendrá los beneficios de los socios fundadores.
- f) Los integrantes de las Delegaciones deberán demostrar con su curriculum, la formación que tengan en fenomenología, existencialismo y terapia existencial.
- g) Como formación se aceptará: ser profesor de una cátedra universitaria; o tener un libro publicado sobre la temática expresada en el punto f; o haber cursado y aprobado el curso a distancia de la ALPE y haber asistido a algún Congreso organizado por la ALPE.
- h) El Presidente de la Delegación deberá asistir a los Congresos organizados por la ALPE como mínimo cada dos años mientras los períodos sean anuales.
- i) Quien no cumpliera con los requisitos mencionados perderá su cargo en la C. D.

Creación de Filiales

- a) Países extra latinoamericanos que deseen tener representación en la ALPE, podrán solicitar ser incorporados como Países Filiales siguiendo las mismas condiciones de incorporación establecidas para los Países Miembros, pero sus afiliados no podrán ser parte de la C. D. y deberán cumplir con el Estatuto, Reglamentos y resoluciones que tome la C. D. de la ALPE. Podrán presentar propuestas a la C. D.

Revista

Hasta el momento reciben la revista los siguientes países latinoamericanos: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, Guatemala, México, Nicaragua, Perú, Puerto Rico, Uruguay y Venezuela, países europeos como España, Italia, Letonia, Portugal, Reino Unido y en el resto de América: Estados Unidos. Si usted viviera en otro país no incluido en esta lista y accede a nuestra Revista, le solicitamos que nos envíe un correo informándonos.

Nuestra comunicación

Para conocernos pueden visitarnos en www.alpepsicoterapiaexistencial.com y escribirnos a cualquiera de las delegaciones ya existentes, como así también dejarnos sus comentarios y forma de contactarnos.

Solicitamos que se registren en la mencionada página para recibir notificaciones de último momento.

A nuestros socios

Todo socio que desarrolle alguna actividad científica que coincida con los objetivos de la ALPE y que desee que sea difundida en nuestro medio, puede hacernos llegar la propuesta.

Los esperamos.

C. D. de ALPE

Editorial

En la editorial del número anterior, faltando un mes para el II Congreso Mundial de Terapia Existencial, Gabriela Flores nos compartía su entusiasmo y gran expectativa. Pues bien, para el presente número, el II Congreso ya ha pasado y, siendo yo la responsable de esta editorial, siento que mi obligación es hablar de sus ecos.

Como parte de la organización quiero contar que la asistencia ha superado todas nuestras expectativas, no sólo por su número (más de 500 inscriptos), sino por la fluidez con la que se fueron dando las actividades: conferencias, mesas redondas, debates, talleres y trabajos libres, fluían siguiendo un programa ambicioso que se cumplió sin excepciones.

Pero no sólo fue el fluir casi cronometrado de estas actividades, sino el “como” fueron transcurriendo, siempre en un clima de entusiasmo, respeto, buen humor, y sobre todo, de un gran placer compartido.

Profesionales reconocidos y público anónimo; profesionales recién recibidos y otros de larga trayectoria;

algunos conocidos escritores y otros grandes lectores; curiosos estudiantes ávidos de conocimientos y de “selfies”... todos intercambiando pareceres, experiencias, preguntas, saberes, intuiciones...

Participantes provenientes de Latinoamérica y de Europa, de Asia, de África y de Oceanía... eran quinientas almas de distintos colores, costumbres y lenguas, pero todas resonando al unísono, como una sola, haciendo que, finalmente, nos diéramos cuenta que valió la pena el enorme esfuerzo y el haber pasado por tantos sobresaltos y sinsabores, por tantas corridas y tanto estrés. Porque hoy y siempre, con cada recuerdo, con cada foto, con cada comentario, volvemos a sentir esa inmensa emoción de estar participando de un Movimiento Existencial que crece día a día.

Marta B. Guberman
Buenos Aires, Argentina

Sección Novedades Existenciales

Comentarios del II Congreso Mundial de Terapia existencial Buenos Aires - 8 al 11 de mayo de 2019

Susana Signorelli
Presidente II Congreso
Fundación CAPAC - ALPE
Buenos Aires, Argentina

Transcribo en estas páginas, en forma resumida, los comentarios que he recogido, a través de correos que me han llegado o expresiones extraídas de Facebook de algunos de los participantes del II Congreso Mundial de Terapia Existencial. Al finalizar expondré mi propio comentario, que a su vez recibió nuevas observaciones y que ahora comparto con nuestros lectores.

Susana quedé muy contenta con el congreso, tanto como oyente como participante. Hicieron un trabajo genial y les agradezco.

Arantxa Sánchez (México)

Susana, quiero felicitarte por el gran trabajo que realizaron tú y tu equipo. Fue un éxito y una gran experiencia para quienes lo vivimos. Un fuerte abrazo y descansa, te llevará un tiempo bajar el ritmo que tuvieron que enfrentar para lograr que este acontecimiento nos dejara con gran satisfacción y alegría. Recibe un fuerte abrazo, mi agradecimiento y reconocimiento por tu gran capacidad y entrega.

Ma. Elena Ramírez (México)

Susana felicitaciones!!!! Muy bueno todo. Gracias por invitarme a participar. Muchas gracias.

Olga Oro (Argentina)

Susana, solo escribo para felicitarte a vos y a todo el equipo que organizó el congreso. Ha sido una experiencia inolvidable. La organización del evento fue impecable. Del mismo modo quiero volver a agradecer, profundamente, por haberme dado esta oportunidad. Siguen nuevas metas para Alpe. Un gran abrazo desde el norte.

Javier Fermani (Argentina)

Susi, quería decirte a ti y a tu equipo que las felicito enormemente, me hacen sentir muy orgulloso de ser parte de ALPE, en donde hay personas como tú, que ponen su corazón de tal manera que las cosas fluyen maravillosamente! Les mando un cariñoso abrazo, esperando que ahora tengan un momento de descanso, bien merecido, y de gozar del éxito de este congreso.

Yaqui Martínez (México)

Susana, gracias por todo y felicidades.

Gianfranco Buffardi (Italia)

Susana espero que estén bien y que estén brillando por el maravilloso congreso que acabamos de concluir. Muchas gracias por el magnífico trabajo que usted y su personal hicieron para llevar a cabo este congreso.

Kirk Schneider (Estados Unidos)

De todo corazón mil gracias. En lo colectivo, por el excelente Congreso y en lo individual por tu gran generosidad (al igual que Estela S.) por tu apoyo y tu buena actitud para que pudiera concurrir. Agradecido por la excelente organización de ALPE y la dedicación total de Susana Signorelli a la cabeza (y otros muy buenos colaboradores) para que resultara así, un gran éxito, tanto de posibilidad educativa y crecimiento profesional, como de intercambio y posicionamiento humanístico tan necesario hoy día.

Juan Martín Nuñez (Argentina)

Susana, el Congreso salió muy bueno. Hice una pequeña, pero buena experiencia en la "round table" con Digby, Gianfranco y Alfried, y también en la cena comiendo con rusos y una pareja de suecos. Gracias por invitarme a participar.

Arturo Romanella (Argentina)

Buenos recuerdos de Buenos Aires y del congreso. ¡Todos necesitamos un buen descanso ahora!

Emmy van Deurzen (Reino Unido)
Susana te escribo para felicitarte por la excelente organización del Congreso Mundial. También hago extensivo mis saludos a todos los miembros que te acompañaron en esta titánica labor. Ansioso por ir a Grecia. Además de aprender un poco más de la fenomenología existencial, conocí un cachito de Bs Aires y me encantó.

Jorge Gonzáles Miranda (Perú).

Susana, los agradecidos somos nosotros por habernos permitido colaborar en un evento tan importante. Nunca me olvidaré de una experiencia tan rica compartida con tantas personas de otros países a las que nos unen los mismos preciados intereses. Todo salió de maravillas.

Estela Spano (Argentina)

Muchas gracias, Susana y Marta. Estuvimos felices, volvimos a casa muy actualizados y llenos de gratitud. Les deseo que puedan tener unos días para descansar.

Natalia De Brigard Merchán (Colombia)

Gracias nuevamente ALPE Baires!!! por hacer de Argentina el centro de la Terapia Existencial! Me siento agradecido con Susana Signorelli, Marta Guberman, Tere Glikin y Esperanza Abadjieff.

Max Jiménez (México)

Susana me uno al comentario de Max. Con todo cariño te quiero mucho.

Cristina Monsalvo (México)

Fueron días de mucho aprendizaje y de encuentro. A seguir trabajando por ALPE Argentina!!! Pusimos lo mejor de nosotras para que todo saliera como salió: un éxito. Desde lo personal, volví con la satisfacción de haber contribuido, la plenitud de haber compartido con gente de esta madera, noble y generosa y la alegría por tanto aprendizaje. Gracias por poner en mi vida a estas personas valiosas y comprometidas. Puedo asegurarte que lo que vivimos en "la cocina del Congreso" fue para mí tan importante como lo que escuché de los grandes maestros existencialistas. Gracias a Marta Guberman la mujer que en su generosidad encarna los valores que proclama, coherente, congruente, con la sensibilidad expuesta. Incansable. La PROFESIONAL así, con mayúsculas, sólida, dispuesta siempre a formar y acompañar, a sostenernos en el crecimiento. La que camina la vida con preguntas y replanteos en la certeza de que no hay certezas, con la dignidad y la humildad de los grandes. Susana, tu trabajo nos inspira a muchos. Gracias por permitirme acompañarte! Felicitaciones!!!!

Liliana Villagra (Argentina)

Gracias por tan excelente organización y dedicación a la tarea!!

Adriana Sosa Terradas (Argentina)

Buenos Aires, no te dejo un pedazo de mí porque más bien te llevo conmigo en el corazón.

Mónica Ortega (México).

Susana recibe mi felicitación y agradecimiento por la labor realizada, estamos seguros que demandó mucho tiempo, trabajo y sacrificios de su parte para que todo se dé, de la manera en que se dio; por eso no queremos dejar pasar la oportunidad para agradecerles por arriesgarse a llevar a cabo este encuentro, por acercar Latinoamérica al mundo existencial, por permitirnos abrir nuestras fronteras y soñar un poco más lejos. Es muy importante y trascendental la actividad que ustedes realizaron, tanto académicamente como profesional y personalmente, nos ha marcado la vida. Quisiéramos contar con ustedes y su invaluable presencia durante mucho tiempo más, guiando y motivando el desarrollo de la Psicoterapia Existencial en Latinoamérica. Gracias infinitas y felicitaciones a todo el equipo organizador.

Ana León Tapia (Ecuador).

Un aspecto que nos impresionó de manera unánime fue la extraordinaria organización del Congreso, simplemente fue magnífica. Las representantes argentinas cuidaron de los más mínimos detalles. Todo funcionó en un clima de buen entendimiento y de cuidado en los más diversos aspectos. Todas parecían incansables y siempre bien animadas. Coordinar más de 500 personas no es una tarea fácil. Asistir a un Congreso siempre nos genera expectativas; dos son prominentes: conocer nuevos colegas o rever los antiguos, y ampliar nuestro horizonte cognitivo con las enseñanzas o aportes de otros participantes. En nuestro Congreso pude experimentar todos estos aspectos. Es cierto que conocía una parte considerable de los conferencistas latinoamericanos, pero la mayoría de los representantes de tantos países del mundo que allí estaban presentes me eran desconocidos. Los latinoamericanos tuvieron un desempeño de primera, lo que no era de sorprender ya que habían demostrado sus respectivas competencias en todos los Congresos que ya efectuamos durante estos 9 años como organización continental. La escuela anglosajona reunió en grueso volumen los nombres al parecer más notables de la orientación existencial: "Handbook of Existential psychotherapy", dirigido por E. Van Deurzen y otros autores, que incluye más de cincuenta colaboradores. Quería dar una semblanza de lo que nos reunió en esa linda República Argentina.

Emilio Romero (Brasil).

Hubo un ambiente de cordialidad y buena disposición, lo cual facilitó que las actividades se llevaran a cabo de la mejor manera. Un excelente Congreso, pleno de distintas voces, de encuentros e intercambios más que interesantes, y también de mucho aprendizaje!

Luis González (Argentina).

Muchas gracias Susana y Marta por dejarnos ser parte! Les mando un gran abrazo y que no se corte!

Álvaro Mazzino (Argentina)

Estimados organizadores del congreso quería agradecerles la organización de este congreso tan importante para mí.

Lucía Carolina Fernández Jiménez (España)

Susana! Quería agradecerte todo lo entregado para el congreso!

Martín Zibelman (Argentina)

Gracias a Marta Guberman y Susana Signorelli por permitirnos vivenciar desde adentro, la grandeza del Congreso Mundial, que con tanto esfuerzo organizaron. Va mi afecto a Uds. Felicitaciones por todo lo entregado. Fue maravilloso que hayan materializado tanta ilusión!!!!!!!!!!

Silvina Mitlanian (Argentina)

Susana! Muchas gracias! Realmente fue un placer haber aportado, gracias por la posibilidad que me brindaron de encontrarme como profesional en la orientación con la cual estoy a gusto y me identifico.

Siempre te considero, tanto como a Marta, pieza fundamental para mí desarrollo como profesional. Así que te estoy muy agradecido por la ayuda que me han brindado. Ahora me encuentro con más fuerza y motivación. Gracias! Contento de haber compartido con gente maravillosa.

Alejandro San Martín (Argentina)

Su, es un placer pertenecer y hay un equipo hermoso.

Gracias enormes a todos.

Laura Cossovich (Argentina).

Qué suerte que han conocido nuestro país de la mano de Susana Signorelli, una excelente profesional.

Berta Cardoso (Argentina-Francia).

El Congreso me gustó. Me gustó la preocupación mostrada por los argentinos en la etapa de preparación. Un agradecimiento especial a Marta Guberman y Álvaro Mazzino. Muchas gracias por el especial cuidado y la receptividad de Liliana Villagra. Argentinos e incluso latinos en un buen sentido de esta palabra, son fenomenológicos. Los nombres de Minkowski y Merleau-Ponty se mencionan a menudo en sus obras. El cierre del Congreso fue muy brillante, cuando el Congreso, a pesar de la presión de la parte de habla inglesa de la audiencia, votó por el próximo congreso en Grecia. Me alegro de que haya contribuido a esto de alguna manera.

Vyacheslav Letunovsky (Rusia)

Susana, solo quería decirte que tu conferencia magistral me conmovió profundamente y me ayudó a encarar algunas situaciones que me oprimían de otra manera. Gracias por permitirnos ser parte de este maravilloso congreso, que a cada uno de nosotros transformó de alguna manera.

María Laura (Argentina)

Estuvo excelente. Desde la organización hasta las charlas a las que asistí. Lo disfruté muchísimo.

Magdalena Arrellano (Argentina).

Susana deseo hacerles llegar un GRACIAS con mayúscula por el impecable trabajo de organización del Congreso. Como público no profesional del tema, me sentí atrapada por la diversidad de los temas. Hago extensivo mi reconocimiento a todas.

María Georgalos (Argentina).

Susana, espero que estés muy bien luego de tanto estrés por el congreso, te felicito igualmente por todo el congreso, fue muy gratificante, y creo que en Chile ha cambiado la visión de la terapia existencial.

Ricardo García Jiménez (Chile)

Susana como siempre, es un placer saludarte, verte y escucharte. Gracias por tu cariño y presencia.

Alberto de Castro (Colombia)

El 2º Congreso Mundial de Terapia Existencial ha terminado ... Más de 550 participantes de los 5 continentes se van a casa. ¡Agradecimiento y aprecio a Susana Signorelli y su maravilloso equipo por todo el trabajo que han realizado para que tengamos esta posibilidad de conocernos!

Elita Kreislere (Letonia)

En nombre de nuestra delegación de Rusia y de Ucrania, quiero agradecerles a ustedes y a sus colegas por el congreso brillantemente organizado. Lo disfrutamos mucho. Creo que es un buen punto de partida para futuros contactos entre ALPE y nuestras asociaciones.

Semjon Yesselson (Rusia)

Lo esencial de actividades como esta, es la gente, su experiencia personal, su estilo de presentación, sus ideas, emociones y reacciones en vivo. Las teorías y los artículos puramente científicos se puede leer luego. Temas prácticos, experiencia personal transmitida en la comunicación, talleres e intercambio de ideas - es donde está la emoción. Releo el programa y me arrepiento que no haya sido posible estar en todas las mesas redondas y talleres al mismo tiempo. Ahora tengo muchos nombres para buscar en Internet y leer sus artículos. La organización maravillosa del II Congreso creaba el confort y la productividad del trabajo. El ambiente era increíblemente vivo, animado y amistoso. Inspira mucho ver a personas de todo el mundo que son de "una sangre" contigo, que al mismo tiempo enriquecen tu mundo con sus ideas y culturas de sus países.

Katia Chirkova (Rusia)

Susana sos una persona generosa y responsable! Muy muy agradecida por todo lo valioso que compartís conmigo para los inicios de la organización del III Congreso en Grecia! Este intercambio es muy valioso! Fuiste y sos parte de mi soñada Argentina. Fue un honor ser parte de este maravilloso encuentro existencial. Me siento profundamente agradecida a todo el equipo que trabajó con entusiasmo, tenacidad y un gran respeto hacia la profesión. Participar en este congreso mundial fue (y sigue siendo) una experiencia única. Gracias Susana, Marta, Esperanza y Teresa. Gracias a todos los colaboradores y participantes por ser como son. Los esperamos en Atenas para seguir el camino!

Katerina Georgalos Zymnis (Grecia).

Quiero destacar la impecable organización, hasta en los detalles; la cálida atención y permanente orientación de los colaboradores. Felicitar y enviar un fraternal y sentido abrazo a Susana Signorelli, Presidente del Congreso, a Marta Guberman, Teresa Glikin, Esperanza Abadjieff, Laura Cossovich, Estela Spano, y a los colegas que las apoyaron con compromiso y calidad humana destacables. Antes de concluir este breve comentario, recordar a quien hizo realidad la unidad del movimiento fenomenológico existencial en Sudamérica, el Prof. Pablo Rispo, quien, con absoluta seguridad, ha sido el inspirador, la fortaleza y la confianza en la proyección y la realización y el éxito del Congreso.

Ramiro Gómez (Perú).

Felicitaciones por el congreso, excelente, realmente lo disfruté mucho. Gracias por todo!!!

Violeta Ferro (Argentina)

Lo mejor del segundo congreso mundial: el reencuentro con los amigos. Muchas gracias a todos por los especiales momentos compartidos!!!

Clara Martínez (Colombia)

Quería enviar una nota de agradecimiento y felicitaciones ahora que el Congreso Mundial ha terminado. Usted Susana y su equipo hicieron un trabajo maravilloso al crear un congreso maravilloso. Aprecio profundamente todo el trabajo que hiciste y el esfuerzo realizado para que el Congreso sea un gran éxito. Fue una gran experiencia muy memorable con una gran presentación y diálogos. Espero que usted y su equipo hayan podido recuperarse. ¡Sé que toma algo de tiempo después de planear algo tan grande e intenso!

Louis Hoffman (Estados Unidos)

Muchas felicidades Susana, a ti y a todos los que colaboraron con tanto afán para llevar a cabo un evento tan importante y valioso. Fue un privilegio poder asistir y aprender tantas cosas que nos han transformado la existencia. Gracias!!

Adriana Lizaola (México)

Muchas felicidades. Un abrazo muy cariñoso para ti y para todo el equipo, gracias por todo.

Cuca Valero (México)

Gracias Susana por esta gran experiencia, inolvidable y motivadora! Un abrazo!

Gabriela Krujoski (Argentina)

Felicitaciones a ti y a tu equipo, Susana. Espero que pueda participar en algunas sesiones adicionales de "descanso activo" en las próximas semanas. Sería bien merecido. La Federación para la Terapia Existencial en Europa: ¡FETE espera verla en Grecia, el próximo año para el 2do Congreso Europeo de Terapia Existencial en 2020!

Christian Schulz-Quach (Reino Unido)

Hola Susana! Comparto contigo la alegría y gratitud de ser testigo del crecimiento y difusión de la Psicoterapia existencial, me emociona ser parte de este movimiento mundial y poner mi granito de arena desde mi lugar! Yo tampoco soñé con presenciar este gran acontecimiento histórico en el enfoque Existencial! Felicidades por toda la pasión y entrega para llegar a este momento!!! Saludos cariñosos para ti, tu equipo y para todos aquellos que hicieron que esto se hiciera realidad!!!.

Regina Quiroz (México)

Un abrazo desde Chile!

José Maturana (Chile)

Gracias Susana!! Abrazos desde Chile!!

Paula Capocchi (Chile)

Gracias Susana. Fue muy enriquecedor. Estamos creando una comunidad vital.

Silvia Poplawsky (México)

Felicitaciones Susana por inspirar a tantas personas...

Patricia Farías (Argentina)

Susana y todo el equipo, gracias por darnos la bienvenida en Buenos Aires. Sin duda ha invertido mucho tiempo y energía en este proyecto. El congreso dejó en claro que la comunidad internacional de terapeutas existenciales sigue creciendo y tiene mucho que ofrecer. Esperando con interés las futuras actividades y colaboraciones, en nombre de los terapeutas existenciales israelíes.

Gideon Menda (Israel)

Muchas gracias, Susana Signorelli, por reunirnos a todos, viejos amigos y nuevos, y hacer espacio para reflexionar sobre lo que hacemos y abrazar nuevas ideas. En ocasiones fue deliciosamente caótico y nos desafió a trabajar juntos para encontrar soluciones.

Rowena Longstaff (Australia)

Excelente el congreso Susana!!! Felicitaciones!!!!

Eleonora Naranjo (Argentina)

Un sueño hecho realidad con excelentes trabajos y buen clima de encuentro.

Esperanza Abadjieff (Argentina)

Muchas felicidades Susana. Un hermoso encuentro y gran labor.

Sylvia Kawas (México)

Muchas gracias, el congreso fue espectacular, súper interesante y muy cálido, los felicito a todos.

Camila Méndez (Argentina)

Gracias al gran trabajo de Susana Signorelli, Marta Guberman y todo su equipo. Visitaron Argentina referentes de más de 30 países. Fue una experiencia enriquecedora en todos los sentidos, con exposiciones y talleres que me brindaron herramientas para seguir fortaleciendo el trabajo. Felicidades! Por el Congreso, que fue una gran y nutritiva celebración, y por inspirar desde tus palabras! Gracias.

María Guadalupe Salom (Argentina)

Deseo transmitirte Susana, mi sincero agradecimiento por todo lo que nos brindaron en el congreso. Realmente fue una gran experiencia y un hermoso encuentro que claramente no podría haber sido sino fuera por el inmenso trabajo de Uds. De corazón, mil gracias!

Patricio López (Argentina)

Muchas gracias por la oportunidad de tener reuniones maravillosas en una hermosa ciudad.

Galina Sukhova (Rusia)

Mis felicitaciones por la excelente organización del congreso. ¡Fue genial ver a tanta gente de tantos lugares diferentes!

Nicholas Rose (Reino Unido)

Agradezco lo extraordinario del Congreso. Impecable entrega en todo sentido.

Lilia Tubia (Argentina)

El Congreso fue bellísimo. Hubo temas nuevos e importantes y como siempre, una convivencia que no se ve en estos eventos. La organización impecable. Felicitaciones!!

Eduardo Tristán (Argentina)

Susanna y Marta, el congreso ya está en una distancia y puedo imaginarme que ustedes empiezan lentamente a volver a la vida cotidiana. Se necesita un tiempo para volver a una cierta normalidad después tanto tiempo de fiebre de actividades. Les quiero decir otra vez que ese congreso sobrepasó en la organización lo imaginable para mí, sobre todo por la excelente y frecuente traducción, pero también por todos horarios, el acompañamiento de los participantes antes y durante el congreso, y por tantas, tantas cosas grandes y pequeñas que fácilmente no se recuerdan más, una vez el evento ha pasado... ¡Gran respeto a ustedes! Se inscribieron en los anales de la terapia existencial. Un gran saludo y agradecimiento.

Alfried Längle (Austria)

Después de una semana de descanso activo, quiero expresarles unas palabras sobre este encuentro mundial. Me siento enormemente complacida por todos los agradecimientos recibidos hacia mí y hacia todo mi equipo, sin ellos este trabajo hubiese sido imposible. Organizar este II Congreso implicó muchísimo trabajo, a veces con alegría, a veces con enojo, a veces con cansancio, pero nunca con los brazos caídos. Muchos de nosotros quisimos que así sea, como ustedes mismos lo expresaron al finalizar. Para mí, puedo decirles que fue un sueño ni soñado, muchos años trabajando desde la soledad y desde una visión particularmente minoritaria pero con la convicción firme de lo que yo vislumbraba como el camino más promisorio de la forma de hacer terapia. Me complace ver el entusiasmo de los jóvenes que son nuestros continuadores, y con ellos habrá un tercero, un cuarto, un décimo congreso existencial, avizoramos un futuro de continuidad, estamos armando una nueva historia para el existencialismo en su aplicabilidad terapéutica. Y con esto quiero traer al presente a quien me acompañó en este camino, pionero en estas tierras en la enseñanza del existencialismo: Pablo Rispo, primero mi profesor y luego mi amado esposo, quien con su intuición de maestro, me dijo un día, *vos vas a ver lo que yo no podré ver, el crecimiento de la visión existencial*. A Pablo mis gracias eternas.

Gracias a todos los participantes, a todos los que quisieron unirse a este proyecto, hoy realidad vivida.

Gracias por las distancias que recorrieron, gracias por sus valiosas contribuciones. Ahora, Grecia nos espera.

Susana Signorelli (Argentina)

After a week of active rest, I would like to share with you some thoughts regarding this last world meeting.

I feel absolutely thankful for all the words of appreciation, for both me and the team, who made this possible.

To organize this II Congress was really hard work. We experienced joy, anger, tiredness, but we kept going. I can tell you that, for me, this was a dream come true. Many years were spent working in solitude, from a minority approach, but with the firm belief that this was the most promising way of practicing therapy.

I am grateful for the enthusiasm of the young, who are our successors; and with them, we will have a third, a fourth, and a tenth existential congress. We will continue. We are creating a new story for existentialism and its therapeutic applicability.

And with this, I would like to bring forward the one that walked with me this path, a pioneer in this lands in the spread of existentialism: Pablo Rispo, my mentor and then my beloved husband who, with teacher's intuition, one day said: "You will see what I will not be able to, the growth of the existential approach". To Pablo, my eternal appreciation.

Thank you all who have participated, to all of those who wanted to be part of this project, now a reality. Thank you for the distances you traveled, thank you for your invaluable contribution... now Greece awaits.

Susana Signorelli (Argentina)

Bien dicho y bien hecho. Tu contribución a la terapia existencial, en todo el mundo, siempre será recordada.

Emmy van Deurzen (Reino Unido)

Es, realmente, el sueño nunca soñado: la psicología existencial palpitando en Argentina. Gracias a todos por la participación, el respeto, el buen humor y tantas muestras de afecto!

Marta Guberman (Argentina)

Gracias Su, Gracias Pablo.

Laura Cossovich (Argentina)

Hermosas palabras Susana. Y una vez más, un sincero agradecimiento a usted y a su maravilloso equipo.

Alison Strasser (Australia)

Hermosas palabras!

Flavia Rispo Webb (Argentina – Reino Unido)

Muy cálido tu mensaje!! Gracias a vos Susana y a todos los que contribuyeron para que este Congreso haya sido una nueva oportunidad de crecimiento para todos. Pablo, también mi maestro, estuvo entre nosotros y seguirá siendo siempre nuestra inspiración.

Comparto el agradecimiento a todos los participantes. Fue una alegría enorme haber podido disfrutar de este evento inédito e inolvidable. Me siento orgullosa de ser parte de un equipo altamente comprometido y coherente con nuestra postura existencial. Felicitaciones!

Teresa Glikin (Argentina)





Informe del II Congreso Mundial de Terapia Existencial

Susana Signorelli
Presidente II Congreso
Fundación CAPAC - ALPE
Buenos Aires, Argentina

Hace 4 años comenzamos la ardua tarea que el Primer Congreso Mundial de Terapia Existencial nos dio como legado, la organización del II Congreso Mundial. Finalmente, hemos concretado la realización de este II Congreso en otro continente, como estaba planeado por la Confederación de Terapeutas Existenciales, llevándose a cabo en la ciudad de Buenos Aires, Argentina. En dicho evento se eligió a Atenas, Grecia, como ciudad anfitriona del III Congreso y a Denver, Estados Unidos, como organizador del IV Congreso.

Tuvimos la oportunidad de que Emmy van Deurzen, como editora principal invitara al resto de los editores: Erik Craig, Alfried Längle, Kirk Schneider y Digby Tantam, presentes en este Congreso, a la presentación del libro *The Wiley World Handbook of Existential Therapy*. Este extenso volumen reúne a las principales corrientes existenciales y a sus respectivos representantes de los diversos países del mundo, una obra sin duda de gran valor para todos los terapeutas existenciales del mundo y para que las futuras generaciones puedan estudiar el desenvolvimiento actual de la terapia existencial.

Posterior al II Congreso, vimos la necesidad de darle mayor continuidad a la labor de la Confederación de Terapeutas Existenciales y resolvimos crear una Comisión Directiva que tendrá vigencia durante los pró-

ximos 4 años y que estará integrada por: Emmy van Deurzen, Digby Tantam, Susana Signorelli, Marta Guberman, Katerina Georgalos Zymnis, Evgenia Georganda, Louis Hoffman, Nathaniel Granger, como organizadores de congresos y los restantes editores del libro presentado: Erik Craig, Alfried Längle, Kirk Schneider y Simon du Plock. Más adelante se incorporarán representantes de los continentes restantes.

Esta comisión de la Confederación tendrá como objetivo fijar los lineamientos para futuros trabajos conjuntos y dentro de ellos, el grupo organizador de congresos dará las bases y el apoyo necesario para los futuros organizadores de congresos.

Como síntesis del II Congreso puedo comentarles que participaron del mismo 520 profesionales y estudiantes de los 5 continentes, con la presencia de 34 países con sus 20 lenguas diferentes.

Estoy segura de que cada año se sumará más gente a nuestros congresos porque hasta ahora los dos primeros han sido, no solo muy productivos, sino muy motivadores y eso ayudará a que nuevos profesionales se sumen a esta gran comunidad y a que la Confederación pueda seguir adelante con sus proyectos.

Conversando con Hilce Darío Dejesús

Psicólogo del NEA (noreste argentino), más precisamente de la ciudad de Corrientes, entrevistó a Susana Signorelli acerca de los orígenes en Argentina de la Terapia Existencial y sobre sus postulados básicos. Pueden encontrar la entrevista en:

https://www.youtube.com/watch?v=79bhtFncJ1I&feature=youtu.be&fbclid=IwAR1uPE3UwBLB_8yrwmfMtD1-YnDCXbkHLTb65MLIFGxikwQt0mjW4U3W_YQ

Sección ensayos

Apuntes para una eco-psicopatología con base en un existencialismo transpersonal desde una perspectiva compleja

Christian Omar Bailón Fernández
Zapopan, Jalisco, México
Universidad Antropológica de Guadalajara, México

Resumen

Desde la perspectiva de la epistemología de la complejidad fundada por Edgar Morin, se establece un planteamiento afín a la perspectiva existencial respecto de lo que se ha de llamar el *pathos* de la fragmentación, se esboza como una relación absurdizante aquella que se establece en la época entre el hombre consigo mismo, con los otros y con el mundo, en razón de que tal concepción epistemológica de pensamiento simple se caracteriza por pregonar lo fragmentario, lo separatista, lo disyuntivo y reductivo frente al cosmos, de ahí que por vía de esta cosmovisión parcelada se asuma un ser-en-el-mundo empobrecido, fraccionado, dividido y limitado, de modo que de la mano de una revisión hermenéutica se establecen una serie de puentes que colocan un replanteamiento de la salud psicológica en clave existencial transpersonal desde los posicionamientos diversos al respecto fundamentalmente entre las filosofías vitales de Edgar Morin, Eugene Minkowski y Maurice Merleau-Ponty.

Palabras clave

Psicología, Complejidad, Existencialismo, Transpersonal, Psicopatología

Abstract

From the perspective of the epistemology of complexity founded by Edgar Morin, an approach related to the existential perspective is established with respect to what is to be called the *pathos* of fragmentation, it is proposed as an absurdizing relation that which establish today between man with himself, with others and with the world, because such an epistemological conception of simple thought is characterized by proclaiming the fragmentary, the separatist, the disjunctive and reductive in front of the cosmos, hence by way of this parceled worldview assumes a being-in-the-world impoverished, divided and limited, so that from the hand of a hermeneutic revision a series of bridges are established that place a rethinking of psychological health in a transpersonal existential key from the diverse positions on this fundamentally between the vital philosophies of Edgar Morin, Eugene Minkowski and Maurice Merleau-Ponty.

Keywords: Psychology, Complexity, Existentialism, Transpersonal, Psychopathology

INTRODUCCIÓN

La articulación actual del mundo aparece desde una mirada de conjunto repleta de caos y fragmentariedad. Como evidencia de la crisis la desorganización personal y colectiva que acaece en la que la incoherencia es su resultado. Desorientados por una serie de inauténticas ambiciones de consumo, sumergidos en un mundo de explotación y dispersión cognitiva, los seres humanos sofocan su espíritu mediante la distracción, la saturación, la banalidad, y pierden las pocas posibilidades de libertad que quedan en un mundo abismado de constreñimientos ontológicos. La existencia misma, bajo esta óptica, pierde su cualidad artesanal para volverse una reproducción, una réplica, con las consecuencias patogénicas latentes en un modo de existir con estas características. Una vida anestesiada hacia la inocuidad por la distracción, la saturación y la banalidad catapultada hacia la parálisis del sin sentido, síntoma de la época.

Que el hombre viva de manera inauténtica, de manera inconsciente e irreflexivamente, es aún lo común, pues “todavía no hemos podido pasar de la complejidad inconsciente (del cerebro) a la complejidad consciente (del espíritu) (...) nuestra posibilidad de futuro descansa en aquello que constituye nuestro riesgo presente: el retraso de nuestro espíritu respecto de sus posibilidades” (Morin, 2010, p. 255). Debido a ello, como ideal de liberación, parece necesario reconocer la buena parte de alienación y condicionamiento que atañe al individuo actual, pues los seres humanos podrán autonomizarse parcialmente únicamente en la medida en que tengan un amplio reconocimiento de sus condicionamientos de los que depende su autodefinición, el conjunto de sus posibilidades, de tal manera que puedan lograr a partir de esa lucidez, realizar una serie de operaciones sobre sus determinaciones simbólicas y su ser inauténtico ya inoculado (Castoriadis, 2013) y salir de ese estado de degradación social-individual que supone la irreflexividad, la cual supone cierto tipo de asfixia subjetiva. Meramente de esta manera puede entenderse que “un hombre sano es un hombre con margen, capaz de vivir desde sí mismo, parcialmente emancipado de la coacción de lo simbólico (...) capaz de autodiseñarse” (Pániker, 2001, p. 311).

La dimensión social que aquí se asoma supone que el individuo es el resultado de una serie de entretejimientos de cosmovisiones y de posicionamientos epistemológicos que se nutren intersubjetivamente, es decir, tanto del resultado de lo social, como de lo individual, deviene el entrelace de perspectivas, de ello se deriva que el modo en que se configura la realidad depende del modo en que se expresan nuestras cosmovisiones sobre la realidad (Winch, 1990), la concepción Heideggeriana de ser-en-el-mundo es afín a este planteamiento.

EL PATHOS DE LA FRAGMENTACIÓN

Para Bateson (1991), la problemática fundamental de la sociedad se deducía del posicionamiento epistemológico en que ésta se sitúa, esto es, el modo en que se organiza la perspectiva de la realidad, que él definía actualmente como fragmentaria, reductiva y disyuntiva. Fragmentaria al no reconocer el carácter interdependiente de todo lo que habita en el mundo, incluyendo en ello la ecología de la mente. Reductiva por posicionarse frente al mundo de una manera parcializada, que visualiza únicamente una pequeña parte, la que atañe a problemas específicos y no a la relacionalidad de todo con todo, y disyuntiva porque fracciona y segrega la realidad en cotos limitados que incluso terminan posicionándose como antagonicos. Es pues que el pensamiento de la modernidad que aún hoy persevera, heredero de la ciencia moderna, "fragmenta la unidad de lo real y termina por ocultar al hombre su vinculación con la tierra y el alcance de su naturaleza cósmica" (Altesor, 1999, p. 44).

Así, llevado al terreno de la ontología, es posible decir que el carácter fragmentario, disyuntivo y reductivo que se observa en la epistemología que hoy participa como ideología subyacente a la organización social en todas sus dimensiones también permea al mundo psicológico y existencial del individuo, pues "el conocimiento es inseparable de la existencia y la existencia es inseparable del conocimiento. Por lo tanto, la ontología y la epistemología son dos caras de la misma moneda" (Gonçalves, 1998, pp. 189-190). De modo que esta epistemología subyacente constituye un *pat-hos* que rigidifica los sistemas sociales, institucionales, familiares, y que en última instancia invoca a la fragmentación, la disyunción y la reducción del sí mismo. Similar a esta perspectiva Merleau Ponty (1993) planteaba que el pensamiento objetivista abolía la solidaridad del hombre con el mundo.

Así como un ojo no ve sin todo lo necesario para constituir una mirada, así también no hay posibilidad de una teoría desvinculada de la experiencia. Sin embargo, en sentido estricto, podemos hablar de un sujeto disociado de ciertas dimensiones de su experiencia posible debido a esta fragmentación señalada, un alejamiento de cierta consciencia plena, que en su máxima expresión es lo que demuestra la alienación y disfuncionalidad psicológica actual del individuo, la sociedad y la especie.

Lo que aquí se argumenta es que las que podrían llamarse patologías del conocimiento actual (fragmentariedad, disyunción, reducción) advienen también patologías existenciales; la unidimensionalidad, la

linealidad, la fragmentación, la no aceptación de la incertidumbre, el teoricismo, la mecanicidad, entre otros modos del pensamiento dominante de la época, adquieren forma en la vida cotidiana del individuo por vía de la desvinculación del mundo y de la vida, del sujeto de sí mismo, del yo y los otros, de la mente del cuerpo, de la razón y la emoción, entre teoría y praxis como entre palabra y experiencia entre otras fragmentaciones actuales, que en suma, instituyen lo real en una división alienante; la pérdida de una mirada de conjunto culmina en la imposibilidad de construcción de un sentido vital y palpitante del cosmos en relación con nosotros mismos, a cambio de una mirada empobrecedora de la realidad y de la vida.

Esto supone que la consciencia en su posibilidad religiosa del hombre con el cosmos se ha perdido, lo que en una interpretación heideggeriana supondría la pérdida del cuidado, del re-conocimiento de sí (Heidegger, 2012) y por ende de la relación intrínseca entre ser y mundo, que no es sino reflejo microcósmico del macrocosmos, este cuidado que en Heidegger es sinónimo de consciencia, se encuentra implícito en la epistemología compleja tanto como en las perspectivas existenciales. Mediante la ampliación de la consciencia o la constitución del cuidado el hombre se percata de existir en relación y participa en el mundo con su potencialidad sensitiva, simbólica e imaginativa implícita a la plenitud del vivir. Desde el momento en que se advierte la importancia de una actitud relacional que reconoce la interdependencia de los seres y el mundo, el ser humano vislumbra la unidad antropológica y la interconexión planetaria:

El cuidado fluye naturalmente cuando el «sí mismo» se amplía y profundiza hasta el punto de concebir la protección de la Naturaleza libre como la de nosotros mismos (...). Al igual que no precisamos de la moral para respirar (...) [Igualmente] si nuestro «sí mismo», en el sentido más amplio, abarca a otro ser, no precisamos de ninguna exhortación moral (...) (Naess citado en Capra, 2015, p. 33)

En un mundo percibido fragmentariamente, se antela la desorganización de manera destructiva, paso a paso supone sumergirse en un mundo vuelto un mar de insignificancia para los seres que lo habitan, conducido por saberes fragmentarios en pugna, por la falta de apertura a la pluralidad, destruyendo toda posible cohesión solidaria entre los individuos, dando vigencia y certidumbre al individuo unidimensional que antelaba Marcuse; la precariedad del ser difumina grisáceamente el crisol de sentido de la tierra y de los hombres, y se manifiesta analógicamente en la apatía cotidiana de donde la destructividad es resultado, de ahí la necesidad del cuestionamiento de tal unidimensionalidad opresiva.

La exclusión, segregación y fragmentación del conocimiento es analógica a los modos en que existencialmente los seres humanos actúan frente a lo real, estos no son problemas meramente abstractos que sean irrelevantes al individuo de la vida cotidiana, ni linderos meramente competentes al suelo de la epistemología y de las ciencias del conocimiento. Son, en cambio, los mapas con los cuales se toman decisiones

en la vida cotidiana, las políticas públicas, la manera en que se resuelven los problemas de toda índole, pues diagnósticos e intervenciones de todo tipo participan de estas mismas ópticas lógicas. El hombre es un ser que conoce el mundo a partir de su modo de representarlo, que a la par que conoce, con esas mismas categorías se define a sí mismo, y con ese conocimiento de sí mismo interactúa con los demás y opera de nuevo su relación con el mundo en un bucle retroactivo que después de nuevo le determina en parte. En esta retroalimentación constante y compleja toman forma las operaciones intersubjetivas de reconocimiento del otro, del mundo y de uno mismo.

SER SIN SER-EN-EL-MUNDO

Esta perspectiva mantiene similitudes con los planteamientos de Merleau-Ponty, pues este consideraba que “la percepción es la experiencia ontológica fundamental” (Ramírez, 2013, p. 114), en la cual todo es inseparable (infragmentable), de ahí que el sujeto y el objeto, el yo y el mundo, el espíritu y el cuerpo, lo visible y lo invisible, mantengan una relación quiasmática, es decir, de entrelazo, estos “polos”, no son contrarios sino su otro lado uno del otro, su pliegue (Osvaldo, 2018). Esta percepción es activa, co-creativa, pues a través de nuestros sentidos y cuerpo nos implica y compromete con el mundo y los otros (Martínez, 2016).

Para Heidegger (2006), todos los humanismos a lo largo de la historia han sido concebidos a partir de una metafísica, esto es, a través de una previa interpretación establecida de la naturaleza, la historia y el mundo. Siendo así que, propone, que el único modo para extraerse de tales *a priori* es resolviendo al humanismo mismo desde su propio fundamento, esto es un humanismo que supone un cuidar que el hombre conserve su humanidad en lugar de volverse inhumano, cuestión que se deriva del olvido del ser. En este planteamiento se traslada la pregunta por lo originario del hombre hacia la comunión con su esencia como interpelación del ser. Pero si este ser es indefinible entonces es pura posibilidad e indeterminación (Heidegger, 2000), de ahí que la libertad humana se conciba como potencialidad de desestructuración y reestructuración sobre cualquier definición condicionante del propio ser como falso ser, sobre su estereotipo, sobre su ser como un producto, pues “tan pronto como uno sepa que está poseído por programas que marchan por sí mismos -afectos, costumbres, representaciones- habrá llegado al momento de tomar medidas que rompan ese estado de posesión” (Sloterdijk, 2012, p. 256). Ese lugar de inconsciencia de la propia existencia, de alienación, es el lugar del ser caído, de la existencia inauténtica, un escape y un hundimiento en el abismo de lo impersonal, en la homogeneidad de la masa, sometiendo las posibilidades del propio ser y las posibilidades para sí mismo (Arrese, 2011), lo cual a su vez tiene afinidad con la concepción de Laing (1977) respecto de que la psicopatología se encuentra emparentada con la negación de la propia experiencia, esta existencia inauténtica aparece como percepción preestablecida, una negación de la vivencia fenomenológica auténtica.

Antropológicamente, se puede entender que el hombre ha conferido y confiere, ha poblado y puebla de sentido sus contornos en la búsqueda de captación, internalización e identificación del significado del mundo, como una cierta necesidad de simbolizar la realidad, pues “ante la caoticidad que amenaza la experiencia cotidiana, la función terapéutica del símbolo consiste en proveer un ámbito de reconciliación con uno mismo, con la naturaleza y con los otros” (Duch, Lavaniegos, Capdevila y Solares, 2008, pp. 47-48). Tal es la función del *logos* en la vida humana, lo imperativo de la construcción del sentido parece encontrarse en la comprensión del sentido como una necesidad ontológica, pues desde el origen de la consciencia hay la voluntad de sentido, o dicho de otra manera, “la conciencia es un «órgano de sentido»” (Frankl, 1986, p. 103).

Si como se ha considerado se asume que la fragmentariedad epistémica de la época está ligada a la fragmentariedad ontológica, y éstas a su vez son auto-eco-productoras de la falta de sentido de la época, entonces se infiere que por vía de la trascendencia de la fragmentariedad que tiene raíz en una serie de configuraciones perceptuales condicionadas es posible la recuperación del mundo sentido y vivido, de la vitalidad. La recuperación del sentido propio ha de posibilitar la restitución de una relación existencial con uno mismo, los otros y el mundo ampliadora de sentido:

Solamente cuando la persona trasciende los límites del sujeto y objeto, de inmanencia y trascendencia, de presencia y ausencia, puede llegar a superar el miedo o la angustia de la muerte y será este pensamiento un signo y una exigencia de la salud mental (Altesor, 1999, p. 19).

Para Minkowski, a razón de una concepción de esquizofrenia basada en el planteamiento de Bergson, había que concebir esta fragmentariedad psíquica como una forma de “pérdida del contacto vital con la realidad” (Minkowski, 2000, p. 88), que también consideró una forma de “racionalismo mórbido”, ésta -planteaba- sepulta al paciente en una rigidez que excluye lo irracional, el movimiento, la progresión, el impulso vital, pues según Bergson “el ser humano ocupa un puesto privilegiado en el cosmos, pero para realizarse debe abandonar una parte de sí mismo, reconocer la imprevisible novedad, asumir la exigencia de la creación y abolir el automatismo” (Arnau, 2016, p. 100). Se podría decir que la fragmentación de la época mantiene ese mismo racionalismo mórbido (y por ende rígido), y de verse así, la creatividad adquiere el carácter analógico de lo complejo, pues ésta, para subsistir, necesita de cierto desorden, irracionalidad, vitalidad y azar (Paniker, 2001).

Una cierta dimensión transpersonal de lo existencial se encuentra aquí implicada en la asunción de que la salud mental de un individuo según Minkowski depende de que éste construya su propia cosmología (cosmos viene de cósmica, lo bello y ordenado), es decir, de la capacidad del ser humano para construir un sentido global dinámico que le provea de una capacidad auto-eco-organizativa, es decir, la posibilidad de construir una auto-eco-relación armónica entre uno mismo, los otros y el mundo:

Minkowski entiende que la falta del sentido de implicación o de unificación del hombre con el mundo es la causa de la enfermedad mental. La misma determina una pérdida del "estado de equilibrio en el universo". De allí surge la conciencia de nuestra propia limitación, de nuestra insuficiencia, de nuestro aprisionamiento dentro de la propia personalidad que ha sido la consecuencia de una falsa interpretación de lo que son y deben ser nuestras relaciones con la naturaleza. Por ello, el falso conflicto entre hombre y naturaleza está muy próximo a la enfermedad (Altesor, 1999, p. 25).

SER-CON-EL-MUNDO Y SER-PARA-EL-MUNDO

Como se ha dicho, si se asume que el modo de relacionarse del hombre con el mundo es dependiente de su cosmovisión del mundo, se ha de concebir, visto de manera individual, que "cuanto más auto-relación siente un ser, más es capaz, en la estructura polar de la realidad, de participar" (Tillich, 2018, p. 105), de ello se sigue la comprensión de que la desvinculación del ser humano con el mundo y con los otros remite a una desvinculación de la propia entidad individual.

Para Edgar Morin (1999a), el desarrollo humano no debía desprenderse de su carácter antropológico originario, esto es, debía conservar una comprensión global y no unidimensional. Por ello, consideró mejor la noción de metadesarrollo, en donde la tríada individuo-sociedad-especie no debía ser fragmentada en las consideraciones analíticas, de modo que el desarrollo social generara un detrimento de la individualidad o el incremento de la individualidad la anulación de la especie. En ese mismo orden la apuesta implícita de este desarrollo en perspectiva de complejidad es que "todo desarrollo verdaderamente humano significa desarrollo conjunto de las autonomías individuales, de las participaciones comunitarias y del sentido de pertenencia con la especie humana" (Morin, 1999b, p. 27), lo cual es equivalente desde una perspectiva psicológica a la concepción implícita de la perspectiva existencial de Minkowski, Merleau-Ponty y más actualmente de Ernesto Spinelli sobre que, para que la salud mental exista, deben contemplarse los equilibrios posibles entre las relaciones del individuo consigo mismo, con el mundo y con los otros (Spinelli citado en Martínez, 2011). Lo contrario difícilmente se puede considerar enriquecedor y por ende humanamente desarrollador, puesto que estos ámbitos que se encuentran entrelazados quíasmáticamente se retroalimentan entre sí:

Además de la distancia física o geométrica que existe entre mí y todas las cosas, una distancia vivida me vincula a las cosas que cuentan y existen para mí, y las vincula entre sí. Esta distancia mide en cada momento la «amplitud» de mi vida (Merleau-Ponty, 1993, p. 301).

Esta amplificación de la propia vida, contraria al "achicamiento del espacio vivido, que no deja ya margen al enfermo" (Merleau-Ponty, 1993, p. 301), supone un ensanchamiento de la percepción del individuo por una ampliación del espacio vivido que disuelve las fragmentaciones y los enclaustramientos ontológicos

implícitos a la estructura de ser-en-el-mundo, cuestión que perfila hacia el descubrimiento de lo religante en la vida del individuo, en una relación singular de concordia consigo mismo, con los otros y con el mundo.

En función de las perspectivas aquí expuestas, no es suficiente la búsqueda y construcción del sentido de vida individual si este no incluye la elaboración de una nueva relación no fragmentaria entre el individuo, los otros y el mundo en un sentido trascendente. Esto supone una participación ampliada de la vivencia humana. El enriquecimiento multidimensional de la vida desde una conciencia ecológica (transpersonal) entre individuo-mundo debe emerger del acto co-creativo de la relación en construcción, desde la partitura única y armónica que nace de una individualidad con sentido de pertenencia al mundo en el que vive, y con el compromiso con los otros con los que convive. Esto es que, desde este ángulo, el desarrollo psicológico encuentra como finalidad el aumento de la participación co-creativa del individuo con el mundo, y esto será posible en la medida en que los individuos amplíen su nivel de compromiso existencial consigo mismos, con los otros y con el mundo, suelo nutricio del desarrollo de la consciencia:

Puesto que la comprensión humana no está inequívocamente obligada por los datos a adoptar una u otra posición metafísica, de ello se sigue un elemento irreductible de elección humana. Así entran en la ecuación epistemológica, además del rigor intelectual y contexto sociocultural, otros factores como la voluntad, la imaginación, la fe, la esperanza y la empatía. Cuanto más complejamente conscientes y exentos de compulsión ideológica sean el individuo y la sociedad, tanto más libre será la elección de mundos y más profunda su participación en la realidad creadora (Tarnas, 2008, p. 512).

Aquí se toma el concepto de participación de la antropología de Lévy-Bruhl para, en primera instancia, hablar de la manera en que fue considerado el modo de convivir con el mundo de la mentalidad "primitiva" de una manera inmersa y confluyente en los fenómenos, en una convivencia con el mundo natural (Gómez, 2003). Para Morin, desde la complejidad, ha de ser necesario extender tal concepción a todo el ámbito del pensamiento humano para asumir la participación como el modo fundamental de interactuar como seres humanos abiertos al entorno que les circunda, considerando que el individuo "asume el mundo y se autoafirma en él por medio de tales participaciones, donde encuentra infinitas posibilidades de autodeterminación" (Gómez, 2003, p. 14).

El concepto de participación en este sentido adquiere una connotación diferente desde una mirada compleja cuando, si bien se vislumbra en un primer paso una participación primitiva en fusión con lo que es emergente y espontáneo entre imaginación, mundo y naturaleza, se observa la antítesis en la actualidad en la concepción fragmentaria de mente, cuerpo, otros y mundo como disociados.

La propuesta invita entonces a una reinención de la participación mediante el reencantamiento del mundo por vía del reconocimiento de que el acceso y la inmersión profunda en el mundo de la vida depende de

la propia disposición simbólica e imaginaria que el ser humano mismo tiene con esa realidad con la que se relaciona. Si el mundo tiene mucho de incierto e innarrable, nuestro acceso a él es por vía de la representación, de la institución imaginaria que los individuos elaboran a través de los modos en que participan de lo real y en lo real (Castoriadis, 2013), de ahí que para el individuo que amplía su captación existencial a una mirada compleja, la realidad adquiera un carácter multívoco, pues en consciencia de su reflexividad, el ser humano admite la reconstrucción de sí mismo mediante cierta re-percepción en relación con su mirada sobre sí mismo, el mundo y la vida. Para Osvaldo (2018) esto concuerda con los últimos apuntes de Merleau-Ponty sobre el quiasmo, pues la imaginación es el quiasmo común posible entre el cuerpo y el alma, y su disposición supone colocarse en el borde del ser que significa también dar cabida a la posibilidad creativa del ser humano para trazar las aperturas y puentes entre lo visible y lo invisible, siendo también el puente que entrelaza todas las dimensiones psicológicas.

Tal como argumenta Tarnas (2008), las compulsiones ideológicas son aquellas determinaciones estructurales que los individuos asumen en su modo de ser-en-el-mundo sin localizar continuamente sus efectos y sin considerar las disonancias que éstas generan en el modo en que participamos en la vida. Tales condicionamientos transdimensionalmente articulados en la globalidad de la existencia de un individuo, estructuran modos de ser-en-el-mundo constrictivos, limitantes, empobrecedores (Martínez, 2011), un planteamiento como el que aquí se propone comulga con una mirada transpersonal desde lo existencial en cuanto a que aspira "a trascender las estructuras, identificaciones y preocupaciones humanas condicionadas para que podamos acceder a la realización directa de lo transhumano" (Welwood, 2002, p. 263). Esto se vislumbra como la ampliación de los márgenes de sentido que culmina en una relación antropocósmica creativa, puesto que en una vivencia transpersonal desde un marco existencial "toda «naturaleza muerta» deviene viviente, tiene su contacto, nos revela el sentido de la vida, del hombre, del cosmos" (Minkowski citado en Altesor, 1999, p. 66).

La invitación implícita supone la vivencia de la realidad desde una percepción unitaria en comunión con lo diverso, pues el cosmos es inagotable, incognoscible y siempre abierto. Para Frankl (1994), en este sentido, la dimensión existencial transpersonal subsiste en el hombre común como autocomprensión ontológica prerreflexiva que le invita y le hace un llamado a trascender más allá de su individualidad, a aportar al mundo, a darse a sí mismo yendo más allá de sí para el otro y el mundo, esta autotranscendencia para él suponía la esencia de la existencia humana.

Con afinidad al respecto, Morin plantea la necesidad de una concepción de auto-trascendencia que culmine en una consciencia planetaria, el individuo al reconocer su participación co-creativa con el mundo, asume, como deber ético hacia la responsabilidad planetaria hacerse cargo de ello, de la co-responsabilidad inherente, en tanto reconocimiento de co-participación en la construcción de las relaciones con el mundo, del

mundo mismo, de las relaciones con los otros y del hombre consigo mismo, una co-responsabilidad cognitiva, imaginaria, afectiva, relacional, conductual (participación compleja consciente), en ello radica una ética planetaria y una autoética mediante un repensar las representaciones con que el ser humano configura su modo de relacionarse con lo infinito, pensar el pensamiento renovando sus posibilidades, actualizándolas, potenciándolas y a sí mismo también con ello, cuestión que requiere imaginación radical para poder regenerar individualmente un sentido de religación cósmica, indicio de salud mental para Minkowski.

CONCLUSIONES

La perspectiva existencial mantiene un vínculo vivo con la mirada ecológica del paradigma de la complejidad al posicionar al ser humano como ser en relación, al situar una ética de la responsabilidad y del cuidado como correspondencia frente al otro, al asomarse a la importancia de la alteridad considerando el suelo nutricional de la intersubjetividad, al considerar la consciencia de la finitud, la precariedad y la incertidumbre en el ser humano, y al rescatar el sentido trascendental de lo humano más allá de sí mismo como elemento clave para la salud mental. En este artículo se recuperan algunas propuestas que permiten el planteamiento de una óptica existencial que conserva una concepción de la salud mental desde un punto de vista ecológico que incluye recobrar la experiencia vital, y junto a ello, el desarrollo de una consciencia transpersonal desde un punto de vista existencial que incluye resaltar la relevancia de una vida en armonía con uno mismo, los otros y el mundo.

Una época como la actual desgrana todo sentido cohesivo y solidario del propio individuo sobre sí y de su relación intrínseca con la totalidad; la violencia implícita en la separatividad del conocimiento y la vida, el individualismo, el sentido de competencia y el pensamiento simple configuran un mundo restringido tanto para la vivencia interna de los seres humanos como para los modos dominantes con que se invita a participar en el mundo que contribuyen a considerarlo ajeno e incluso extraño donde el hombre es un extranjero. En este sentido, la perspectiva de Edgar Morin mantiene una comunión con una serie de presuposiciones existenciales bastante vigentes que emanan del pensamiento de Minkowski y Merleau Ponty en una apuesta de replanteamiento del mundo como un mundo vívido, interdependiente, con un potencial creativo inagotable. Todo ello inaugura la posibilidad de redibujar en el sentido humano un compromiso existencial profundo que permite una ruta interpretativa pertinente por su posibilidad terapéutica desde el ángulo de la crisis existencial actual de la humanidad.

Visto así, un proceso psicoterapéutico desde estos planteamientos tiene su utilidad en promover desde la recuperación del cuidado, la consciencia de la propia mismidad y de la relacionalidad del propio ser desde una mirada ecológica, necesidad inherente en el hombre para la armonización continua de una relación constructiva consigo mismo, con los otros y con el mundo. Al asumirse que la construcción de la propia salud psicológica es dependiente de la ampliación de la mirada existencial tanto en la vida vivida como en

su vínculo inherente de ser-en-el-mundo, la emergencia de esta consciencia, ligada tanto al tacto terapéutico como al enriquecimiento de la mirada, posibilita la elaboración de un compromiso existencial profundo desde un sentido participativo. Estas implicaciones se catalizan como el principal recurso del escenario psicoterapéutico en la extensión presencial, existencial, relacional y discursiva del ámbito, y revelan la necesidad de mantener activo un espacio ampliado que sea fuente inagotable de mundo y vida.

Referencias

- Altesor, H. (1999). *Cosmologías. De Minkowski a Merleau-Ponty*. Buenos Aires: Biblos.
- Arnau, J. (2016). *La invención de la libertad*. Girona: Atalanta.
- Arrese, H. (2011). La ética de la autenticidad en ser y tiempo. *Eidos: Revista de Filosofía de la Universidad del Norte*, (15), 118-141.
- Bateson, G. (1991). *Pasos hacia una ecología de la mente. Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre*. Buenos Aires: Planeta.
- Capra, F. (1996). *La trama de la vida. Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Barcelona: Anagrama.
- Castoriadis, C. (2013). *La institución imaginaria de la sociedad*. Ciudad de México: Tusquets.
- Duch, L., Lavaniegos, M., Capdevila, M. y Solares B. (2008). *Lluís Duch, antropología simbólica y corporeidad cotidiana*. Ciudad de México: UNAM CRIM.
- Frankl, V. (1986). *La presencia ignorada de Dios. Psicoterapia y religión*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1994). *Logoterapia y análisis existencial*. Barcelona: Herder.
- Gómez, P. (2003). *La antropología compleja de Edgar Morin. Homo Complexus*. Granada: Universidad de Granada.
- Gonçalves, O. (1998). Hermenéuticas, constructivismo, y terapia cognitivo-conductual: del objeto al proyecto. En: M. Mahoney & R. Neimeyer (comp.), *Constructivismo en psicoterapia* (pp. 179-217). Barcelona: Paidós.
- Heidegger, M. (2000). *Nietzsche II*. Barcelona: Destino.
- Heidegger, M. (2006). *Carta sobre el humanismo*. Madrid: Alianza.
- Heidegger, M. (2012). *El ser y el tiempo*. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica.
- Laing, R. (1977). *La política de la experiencia*. Barcelona: Crítica.
- Martínez, E. (2011). *Los modos de ser inauténticos. Psicoterapia centrada en el sentido de los trastornos de la personalidad*. Colombia: Manual Moderno.
- Martínez, E. (2011). *Las psicoterapias existenciales*. Ciudad de México: Manual Moderno.
- Martínez, Y. (2016). *Filosofía existencial para terapeutas y uno que otro curioso*. Ciudad de México: LAG.

- Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Planeta.
- Minkowski, E. (2000). *La esquizofrenia. Psicopatología de los esquizoides y los esquizofrénicos*. México: FCE.
- Morin, E. (1999a). *Introducción a una política del hombre*. Barcelona: Gedisa.
- Morin, E. (1999b). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. París: Santillana – UNESCO.
- Morin, E. (2010). *El método 3. El conocimiento del conocimiento*. Madrid: Cátedra.
- Osvaldo, G. (2018). Quiasmo e imaginación en el "último" Merleau-Ponty. *Diánoia*, 63(80), pp. 71-95.
- Pániker, S. (2001). *Aproximación al origen*. Barcelona: Kairós.
- Sloterdijk, P. (2012). *Has de cambiar tu vida*. Valencia: Pretextos.
- Tarnas, R. (2008). *La pasión de la mente occidental*. Girona: Atalanta.
- Tillich, P. (2018). *El coraje de ser*. Madrid: Avarigani.
- Welwood, J. (2002). *Psicología del despertar*. Barcelona: Kairós.
- Winch, P. (1990). *Ciencia social y filosofía*. Buenos Aires: Amorrortu.

Curriculum

Licenciado en Psicología y Maestro en Ciencias de la Educación. Universidad del Valle de México. Doctor en Desarrollo Humano. Universidad Antropológica de Guadalajara. Psicoterapeuta, Profesor e Investigador, actualmente profesor de la Universidad Antropológica de Guadalajara y miembro del comité editorial de la revista Pilares de la Universidad.

Correo de contacto: omarbailon@unag.mx

Fecha de entrega: 10/05/2019

Fecha de aceptación: 20/07/2019

Escucha y silencio en la relación terapéutica

Prof. Emilio Romero

Joinville, Brasil

Ex docente de varias universidades en Chile y Brasil

Resumen

En este texto intento dar algunas entradas a un tema casi ignorado por la mayoría de los enfoques existentes en psicoterapia, pero que es una cuestión central en la relación terapeuta-cliente. En los tratados se habla mucho de la importancia de la escucha como algo muy importante en el proceso, pero no se entra en su trama más propia. Intento aquí dar los primeros pasos para colocar sus aspectos de primera línea.

Abordo este tema desde una triple perspectiva: a) desde el psicoterapeuta; b) el cliente; y c) de las mediaciones existentes entre los dos.

Algunos temas solo fueron examinados como un primer intento de aprehender lo más propio de cada uno, sin la pretensión que escotar su importancia para su correcta comprensión, especialmente desde un enfoque de orientación humanista-existencial, de cuño hermenéutico.

Palabras clave: Relaciones psicoterapéuticas, escucha, silencio, dicción e interlocución, mediaciones, divergencias y convergencias, entendimiento y comprensión.

Abstract

In this text I try to give some input to a topic almost ignored by most existing approaches in psychotherapy, but which is a central issue in the therapist-client relationship. In the treaties there is a lot of talk about the importance of listening as something very important in the process, but one does not enter into its own more intricate plot. I try here to take the first steps to place your frontline aspects.

I approach this topic from a triple perspective: a) from the perspective of the psychotherapist; b) of the client; and c) of the existing mediations between the two.

Some topics were only examined as a first attempt to apprehend what is most proper to each one, without the pretense of exhaust its importance for its correct understanding, especially from an approach of humanistic-existential orientation, of a hermeneutical nature.

Keywords: Psychotherapeutic relations, listening, silence, diction and interlocution, mediations, divergences and convergences, understanding and understanding.

Listening already supposes silence, even if the words of the other echo or provoke reactions, emotions and rejections of the listener; in this case is a form of reception without expectative.

La cuestión del silencio en el diálogo en general ha sido bastante descuidada por el discurso académico; ha sido más descuidado aun en el diálogo psicoterapéutico, donde se atribuye a la palabra del interlocutor una importancia consustancial a la mutua comprensión de sus protagonistas. El primero que le concedió importancia en el diálogo psicoterapéutico fue Freud, quien destacó la posición del terapeuta en un plano fuera de la percepción visual del paciente; fue con este objetivo que invento la posición horizontal de su cliente en el diván. El terapeuta opera como el Grande Otro tanto real como imaginario. Por así decir, el paciente habla para sus fantasmas, que confirman su presencia con un breve gruñido en sus costas. Las tres grandes figuras de su tiempo, James, Janet, Ribot, nada nos dicen sobre este tema. Solo Binswanger y Jung publicaron casos, pero desde dos enfoques diferentes y sin dar ninguna indicación sobre este asunto.

Estamos convencidos que el proceso de cambio en el paciente se produce en gran medida mediante el diálogo, más que debido a cualquier otro recurso técnico (sueño acordado dirigido, psicodrama, invención de historias mediante el TAT, etc.). Se han examinados diversos aspectos del diálogo, pero el tema del silencio existente en este tipo de trabajo no ha merecido ninguna atención digna de destaque, diferente de lo propuesto por Freud, que, además, él no teoriza mayormente este punto. *Raramente las personas colocan en la dicción lo que las perturba en mayor grado.*

Se han destacado los más diversos aspectos del diálogo terapéutico; el poder del verbo, su abertura para la comunicación, sus revelaciones y sus recursos para que el cliente entre en el clima que le permita la llave de entrada para el malestar o sufrimiento que lo aqueja. Y otros aspectos más. Sabemos que un buen porcentaje de personas coloca en el verbo la expresión de sus emociones y sentimientos más profundos; invitado a verbalizar lo que le acontece suele enfrentarse por primera vez con la tarea de la dicción (decir) de algo que está allende de las palabras. Otros hablan "por boca de ganso", sin colocar en sus decires el fondo afectivo que motiva su procura de un psicoterapeuta.

Para fundamentar un tratamiento centrado en la interacción entre el terapeuta y su cliente (o de un grupo), considero pertinente llevar en cuenta tres puntos que nos facilitan nuestro trabajo como cicerones en un mundo que los dos protagonistas enfrentan; son tres puntos básicos que ya he expuesto en otro texto (1):

Tres factores que están presentes en el proceso psicoterapéutico

Antes de todo es el encuentro del cliente con un profesional calificado

El espacio terapéutico es el lugar privilegiado de la verdad

Por lo menos facilita la liberación de lo reprimido, de lo marginalizado, mediante la catarsis porque permite la expresión de lo emocional

El encuentro con un profesional calificado

La persona que ha decidido consultar a un psicoterapeuta no siempre llega confiada a la sala de consulta. Dependiendo de su carácter y de su visión de la vida, quiere experimentar para ver. Sabe, además, que no todos los profesionales son competentes y creíbles. Pero, de cualquier manera, sabe que está necesitando de este tipo de ayuda, pues es probable que ya haya intentado otras formas de auxilio sin mayores resultados positivos –tal vez haya pedido consejos pastorales e intentado contar sus problemas a un amigo más cercano. Tal vez, en las dos o tres primeras sesiones permanezca algo reacio intentando aquilatar la disposición y la confiabilidad del terapeuta; pero luego, respondiendo a la solicitud atenta de su pareja, percibe que está colaborando con un profesional idóneo y calificado.

Se da cuenta que está tratándose con una persona que lo acoge, que lo comprende y que lo acompaña en su propuesta de renovación y de superación de su actual estado. Por muy enfrascado que esté en su laberinto, ya en los primeros encuentros capta la diferencia que existe entre una conversación con un amigo (un pariente, un sacerdote u otras personas de buena voluntad) y el encuentro con un interlocutor competente.

¿Qué es ser un interlocutor competente? No es saber hablar con propiedad y rigor –que es lo que hace toda persona inteligente, bien dotada en el área del lenguaje. Ser interlocutor competente significa posibilitar en el otro la audición de su propio decir; es aquel que nos permite captar el sentido de lo dicho por nosotros mismos –sentido que a menudo se nos escapa por estar acostumbrados a un parloteo banal o por no sopesar los motivos de nuestra dicción.

Aunque no sea una relación simétrica –como son o acostumbran a ser las amistades, pues el terapeuta no coloca su intimidad –el coagente entiende luego que se trata de una forma de encuentro interpersonal. Yo diría que es tanto interpersonal, en sentido estricto, como meramente simbólico. Interpersonal porque el interlocutor calificado está allí, de cuerpo presente, oyendo, acogiendo, cuestionando, señalando nuevas posibilidades, sirviendo de testimonio de un proceso. El terapeuta se coloca también, levanta otras perspectivas, investiga en ciertas direcciones, ilumina pasajes oscuros, coloca cuestiones a menudo embarazosas.

Siquiera en mínima medida, en la hipótesis menos benigna, el coagente se encuentra consigo en cada sesión. Es posible que por la presión emocional hable como un papagayo durante 30 o 40 minutos seguidos, pero bastará que el terapeuta, queriendo llevarlo a una toma de consciencia de su flujo verbal, le diga: espere un momento, ¿quiere repetir lo que acaba de decir-

me? Esta simple observación, que obliga al coagente a reconsiderar su torrente ideo-emocional, le permitirá un contacto más afinado consigo mismo. Ciertamente no es necesario ir tan lejos, aunque no sea inusitado que tratemos con individuos que hablan sin sopesar el sentido de lo que dicen.

El sólo hecho de otorgarse el derecho de exponer su intimidad al otro, en la certeza de estar siendo comprendido, ya es una forma de contacto con su realidad más propia. Este puede ser el comienzo de una forma de afinación con su ser más genuino, inicio que puede tornarse su forma predominante de ser, dependiendo del desarrollo del proceso de transformación.

Es también un encuentro simbólico: un encuentro con el otro. De una cierta manera este otro es el gran otro; ese otro que está en todos nosotros como presencia inexorable y como ausencia igualmente inexorable. Es aquella forma de lo humano que nos es más familiar e igualmente la más extraña.

El terapeuta encarna este otro. Lo encarna en su doble faz: como un ser familiar, en el cual se confía la intimidad y se espera una ayuda, y como un ser extraño, que permanece velado en los aspectos más significativos (preferencias, proyectos, necesidades, tendencias, historia personal).

El espacio terapéutico como el lugar privilegiado de la verdad.

Cuando nos indagamos sobre los beneficios del trabajo terapéutico para quien decide esta forma de desarrollo, surgen varias justificativas que valorizan este emprendimiento. Ya indiqué uno –el encuentro interpersonal y consigo mismo, encuentros cada vez menos frecuentes en la sociedad técnica de masas. Los actores acostumbran a avaluar los beneficios por los resultados; de manera que indican una serie de efectos que la psicoterapia provoca (entre otros: la cura de síntomas, la superación de conflictos, una comprensión más profunda de sí mismos y de otros).

Sostengo que el beneficio inmediato de este tipo de trabajo surge de la índole esencial del espacio psicoterapéutico: él se tornó el único lugar donde las personas *pueden ser verdaderas*. Digo enteramente verdaderas, sin ninguna restricción externa, sin ningún temor de ser presionadas a usar máscaras, hablar medias verdades, disimular tendencias y tácticas. Pueden tornarse verdaderas incluso estando condicionadas por las mentiras; trucos y artimañas sociales. La única restricción para el ejercicio y la búsqueda de la verdad reside en las limitaciones de la propia persona, frecuentemente alienada y mistificada en una visión errada de la vida –visión, es verdad, que el sistema social fomenta.

Desde el principio, en el momento del contrato, el terapeuta enfatiza a su cliente que uno de los objetivos básicos del trabajo terapéutico es saber convivir con las realidades básicas que configuran las verdades de su vida. Muchas de estas verdades no encuentran aceptación en los diversos ambientes que el sujeto frecuente, viéndose obligado a una reserva cautelosa ante personas que él a menudo estima.

Le decimos: en este lugar, a diferencia de cualquier otro, usted puede ser enteramente verdadero. Aquí no

hay censura de ninguna especie. Puede expresar cualquier deseo y fantasía; el terapeuta no juzga ni condena. Puede revelar cualquier evento y hecho relacionado con usted; el oficio del terapeuta es comprender. Aquí lidiamos con sentimientos, fantasías y eventos que no siempre queremos revelar, pero que forman la trama íntima de la persona.

Juzgo pertinente colocar al cliente esta especie de principio orientador de un desarrollo real. Primero, es un llamado a la autenticidad, casi siempre problemática para la mayoría de las personas. Segundo, funciona como un presupuesto del relacionamiento terapeuta-cliente. Tercero, implica un objetivo a ser alcanzado, conquistado, pues el individuo tiene que ser verdadero no solamente en el recinto de un consultorio; precisa serlo en todo lugar. La verdad es una exigencia y una aspiración fundamental del espíritu. No podemos vivir permanentemente en el plano de la falsedad, de la mentira, de la duplicidad. En relacionamientos superficiales y puramente convencionales podemos mantener una discreta fachada, que esconde y disimula nuestro ser más propio. Es lo que acontece en el ámbito común de los contactos sociales. En este ámbito somos más personajes que persona – menos individualidad singular y más representación de papeles.

La catarsis liberadora

Hay una experiencia bastante conocida por todos nosotros: cuando estamos en alguna dificultad o simplemente viviendo un momento intenso y peculiar, negativo o positivo, procuramos aliviar la excitación y la tensión que los eventos nos suscitan contando a algún amigo lo que nos está ocurriendo. Necesitamos compartir con alguien los momentos especiales, que nos agitan y conmueven.

No todo lo que nos afecta precisa ser compartido, ni todas las personas experimentan la necesidad de sacar hacia fuera lo que las está alterando. La necesidad de expresión de lo que nos ocurre en un nivel emocional –pues es este el plano más afectado- es variable de una persona a otra, y aún según las circunstancias que la persona está viviendo.

Lo que es conclusivo es: contar a otro digno de confianza lo que nos está afectando tiene un efecto de alivio. Ya Aristóteles señaló el carácter purgativo y liberador de la expresión emocional, sea por vía verbal, sea en la forma de la mera actuación. Todos conocemos el efecto calmante del llanto o de la verbalización de la rabia, después de un período de gran tensión y contención de las emociones.

¿Preciso recordar que algunas religiones han hecho uso doctrinal de este principio? Es bien sabido que la religión católica usa la confesión como una forma de aliviar el peso de la culpa por parte del creyente.

Por lo menos dos puntos tenemos que considerar en este asunto del efecto catártico del diálogo terapéutico.

Primero, es verdad que expresar –sea por verbalización o actuación- lo que nos está perturbando alivia la tensión emocional; el sujeto se descomprime, pero la verbalización debe mantenerse en un nivel expresivo-emocional para producir los efectos liberadores. Un

hablar que se mantiene en el plano meramente conceptual no tiene efecto catártico, no importa cuán fuerte sea la referencia afectiva requerida por el discurso. Por esta razón, el terapeuta está siempre llevando al coagente para una conjugación de lo emocional con lo conceptual en su hablar.

Segundo, la eficacia del proceso terapéutico no reside en su carácter catártico, no es por esta vía que se produce la superación de la problemática presentada por la persona. El alivio de tensiones es apenas un factor tranquilizante –lo que puede ser un paso preliminar en un proceso más complejo; un paso, además, rápidamente apreciado por el cliente, pues él anda justamente buscando una ayuda para su sufrimiento anímico.

Incluso algunos autores objetan que el alivio, tanto cuanto el apoyo dado por el terapeuta, es un cuchillo de doble filo. Por un lado atenúan la incomodidad psíquica, pero, por otro puede inducir al cliente a una falsa impresión de cura, cuando, en realidad, está apenas abriendo un receptáculo para expeler elementos tóxicos. El origen de la toxicidad no fue atacado.

Esta objeción tendría alguna validez si el diálogo terapéutico se limitase únicamente a este objetivo; no se trata simplemente de que el cliente “bote para afuera” lo que le está preocupando. Hay todo un análisis y un examen comprensivo de lo que le está aconteciendo. Este examen comprensivo es lo que permite captar y sentir los problemas de otra manera –sin su toxicidad, para continuar usando esta imagen.

El terapeuta nunca es meramente un oído atento; no se limita apenas a oír; facilita la expresión de los contenidos, sabe llevar el diálogo de manera que el cliente entre en el asunto que lo está afligiendo, a pesar de todas las dificultades que él pueda experimentar en la verbalización. El terapeuta es un interlocutor activo, capaz de mostrar nuevas perspectivas y dispuesta a cuestionar al coagente. En las primeras entrevistas que sea predominantemente un propiciador, pero después se torna un participante instigador del proceso de cambio.

Importa señalar también que no siempre las sesiones son catárticas; hay sesiones que provocan una inmensa reacción emocional en el sujeto, aumentando su tensión interna, dejándolo aún más perturbado que en la hora anterior a la sesión. Algunos coagentes salen hasta irritados con el terapeuta pues “en vez de ayudarlos parece que les genera más conflictos”. Sólo posteriormente se dan cuenta que ese escarbar en las heridas formaba parte del proceso de cura.

Las tres vertientes del silencio en la relación terapeuta-cliente.

El tema que estoy abordando se da en una triple vertiente:

Por el lado del terapeuta

Por el lado del cliente

Por las mediaciones que el propio diálogo y la relación imponen.

1) Por parte del psicoterapeuta

- 1) a) Oír y escuchar. Entender y comprender.

Ya es bien sabido que hay una notoria diferencia entre oír y escuchar; oír es simplemente captar la señal sonora según sea un simple ruido o un enunciado verbal, incluso una sonata de Mozart. Escuchar implica captar el mensaje sonoro y sentir el efecto que provoca en nosotros. Escuchar es estar atento a lo que dice el otro para así comprender tanto su significado como su también su sentido. El significado corresponde a saber captar el código lingüístico, musical, o el ruido del ambiente para de este modo entender... Captar el sentido es aprehender su intencionalidad, lo que excede el significado de lo dicho y lo oído. En el inicio de una entrevista terapéutica, o de una simple conversación, predomina el oír, el mero entender lo que el otro dice. En el escuchar predomina la comprensión de lo que otro está diciendo, su superficie y lo subyacente. Entendemos casi todo lo que circula en el mercado y lo que nos dice el buen vecino; comprendemos poco lo que por ahí se habla y se transmite.

El terapeuta procurar comprender la dicción de su cliente, no importa si el habla de su interlocutor se mueva en el discurso de lo catártico, de desalojar ya en las primeras sesiones lo que lo aflige; el terapeuta sabe que si él dice algo pertinente difícilmente será escuchado, solamente oído como un mensaje más; una vez que el cliente se calme comenzará a dar los primeros pasos de la escucha. Eso lleva un tiempo variable.

b) Corresponde al terapeuta atenerse al principio de discreción y parsimonia dialógica, que imponen que no se debe forzar la entrada en una región del cliente sin que él insinúe que su presencia es bien-venida. Él sabe que sus palabras tienen resonancias y efectos con frecuencia sorprendentes; y no únicamente su palabra, también sus gestos, su actitud, sus observaciones, la dirección de su mirada. La mirada bien puede hablar más que sus palabras. El coagente (o cliente) percibe si su terapeuta abarca su figura física en su conjunto o si se concentra con alguna insistencia en un lugar determinado de su cuerpo; lo mismo sabe la terapeuta con respecto a su cliente; si acoge su mirada o la esquiva, si aparece atraído por una zona de su cuerpo. De cualquier forma, es la palabra, el lenguaje, que articula el sentido, no solo el significado, que bien puede perderse en los meandros de un discurso mal costurado, entrecortado, hecho de retazos extraídos de diferentes estratos. De ese discurso entrecortado, mutilado desde sus orígenes, el terapeuta extrae el sentido. Cuál es el sentido del discurso del Presidente Schreber (1906), el famoso caso comentado por Freud? Es el discurso de un delirante que coexiste con el discurso de la una sensatez parcial, que bien puede dar la impresión para el lego que lo delirante es “un mero juego de su fantasía”.

c) El silencio no se limita a las palabras. Cabe preguntarse si hay silencio propiamente en una relación a dos que exploran la intimidad del otro que busca en su “mundo interno” los restos de su galería de momentos y personajes únicos, sin omitir sus naufragios. El terapeuta habla poco, lo más pertinente, mas está siempre atento al acontecer manifiesto de su interlocutor –su sonrisa, el simple huum es toda una frase,

una señal que sigue las pista ofrecida por su coagente.

Habla poco, pero no se omite de las tácticas de su cliente, pretender postergar la entrada en su núcleo conflictivo; en estos casos se muestra incisivo, cuestionador, lo desafía para que entre en su núcleo neurálgico. Vea:

Un hombre de 30 años permanece durante ocho sesiones exponiendo su situación familiar y amorosa. Admite que para una persona negra, bajito, sin atractivos físicos haya tenido la suerte de conquistar una hostess de línea aérea, bonita; ella inclusive ya aceptó su propuesta de casamiento. Su situación económica es estable, tiene un negocio de frutas y verduras. Inclusive tiene algunos conocimientos de lengua inglesa en razón de querer conocer N. York, pero que al final surgieron problemas en el grupo y él desistió. –Usted desistió de un viaje que tanto deseaba, Jadir? –Así son las cosas, es preciso desistir si las reglas del juego cambian, no es eso lo que aquí mismo ya colocamos? Ni todo lo que se desea se consigue. –El tono de su voz me suena a consuelo, hay algo más en su voz que denuncia una decepción muy fuerte en usted. Era preciso examinar esa resistencia de este joven. –Este es un punto que debemos examinar, Jadir. –Ya pasé mis 50 minutos, profesor. Lo vemos la próxima sesión, Ok?

- Ok, Observo que ese episodio es un nudo que precisamos desatar.

En la novena sesión tiró el paño protector de su herida.

Pero eso es solo un aspecto. Entré en esa turma que iría para N. York porque mi enamorada ya había estado una vez en esa ciudad y porque así conocería el famoso mundo desarrollado. Una vez por semana el grupo de unas 20 personas se reunía para comentar cosas en relación al viaje. Pero un día aconteció algo tremendo para mí. En una de esas reuniones me atrase unos 120 minutos; no sé porque motivo quede oyendo la discusión de los colegas de viaje. Uno colocó un problema delicado.

–Todos saben que los gringos son racistas, tienden a rechazar a los negros que ingresan a ese país, Jadir es negro, que va acontecer con él y con nosotros si eso acontece?

Me sonó como una sentencia definitiva: estaba excluido; no iría nunca a ese país de racistas; en Brasil existe un racismo moderado, pero casi el 50% de los habitantes aquí somos negros y misturados.. Ok, ese es mi problema...

Y el resto de la sesión fue un largo silencio; los dos estábamos digiriendo esa confesión, ese secreto que él rebelaba por primera vez. Su última frase había sonado como un grito silencioso. Este joven me conmovió hasta las lágrimas; lágrimas discretas, respetuosas.

2) Tal vez el mayor silencio del terapeuta ocurra cuando no responde a una indagación de su cliente, o responde con una evasiva para evitar un efecto que bien podría abrir una herida mayor en quien exige una respuesta del interlocutor.

Una cliente, (dentista, 32 años, casada 2 hijos de diferentes maridos) se indaga sobre los motivos de su madre como para mostrarle su menosprecio y mostrar

un claro afecto y preferencia por su hermano dos años menor. Porque la madre nunca escondió su preferencia por el hermano y su desprecio por ella. Inclusive le escribe una larga carta para mostrarle como ella, e incluso su padre, la humillaron de la manera más cruel (vea-se (*). –

- Porque esta mujer, mi madre, jamás reconoció en mí el más mínimo valor; es cierto que he cometido un error grave al aceptar un primer casamiento, más ella me detesta desde que tomé plena consciencia de mi situación, a los 12-13. Podría usted aclararme esta especie de odio que ella experimenta por mí, si yo fuera la preferida de mi padre podría entender, pero no soy. Necesito de una explicación para calmar mi consciencia. Sufre una forma de paranoia focalizada en mí?

- Vamos a examinar su experiencia de humillación en las próximas sesiones.

Ciertamente mi recusa a proporcionarle la configuración y origen de su trama familiar exigía una entrada mayor a su biografía, la única manera de aprehender su génesis y desatar los nudos que la sujetaban a su sufrimiento.

3) Una de las tareas más delicadas que enfrenta el terapeuta es como comprender la dicción, lo que dice su interlocutor; ya sabe que siempre hay algo más por detrás de su dicción, tanto por lo que omite como por su manera de expresarlo.

De esta simple constatación deriva una de las importancias de los sueños como ayuda indispensable en su exigencia de una correcta comprensión de la trama que teje la historia de su cliente. Cada vez quedo más asombrado por la displicencia de mis colegas sobre la importancia de los mensajes oníricos, siempre tan reveladores, verdaderas radiografías de las vivencias que forman la trama humana. Este tema lo volveré a mencionar en otro parágrafo.

Estos son los momentos de máxima sintonía y convergencia entre los dos protagonistas en esta forma de relación; ciertamente sufre variaciones para más y para menos. De aproximación y distanciamiento. En la sintonía hasta el diálogo parece no ser más importante que el sentimiento de proximidad y de contacto. Ni podemos afirmar que esto sea lo mejor. Entre los humanos siempre hay una distancia insuperable, que ni la fusión erótica ni los vínculos amorosos, dos fenómenos diferentes, consiguen anular.

2) Dicción y silencio por parte del cliente

1) Una primera aproximación a las quejas de nuestro cliente y los primeros pasos de entrada a su mundo.

Nuestro cliente es un ser afligido por algo que lo perturba, que lo perturba por largo tiempo aunque su malestar sea variable, con fases fuertes y fases moderadas. Los más comprometidos con sus aflicciones remontan sus conflictos al final de la infancia e inicio de la adolescencia; otros a más recientes reacciones y a situaciones traumáticas –fobias, deficiencias, perturbaciones sexuales específicas (pedofilias, masturbación compulsiva, etc.) reacciones alérgicas, crisis depresivas y de angustia. Al consultorio del psicólogo también aparecen personas con conductas que sus

familiares evalúan como extrañas, exquisitas, aunque en diferentes aspectos la persona parece normal; bien puede ser una persona esquizoide, o un pre-psicótico. Los que se remontan al inicio de la adolescencia son los más difíciles de tratamiento. El caso de Aurelia (3) se manifiesta a los 13 años; durante 30 años ha ocultado un supuesto defecto de sus piernas. En esa fecha descubrió que sus piernas era defectuosas, piernas de mosquito, largas y flacas; jamás podría usar algo que delatase su deformidad, ni pantalones, ni faldas debían revelar su defecto monstruoso.; nunca podría enamorar; lo primero que parecen apreciar los hombres en una mujer son sus piernas. Vive con sus padres, que son personas que nunca mencionan cuestiones privadas desagradables. Ella vive su drama en silencio. Por primera vez se atreve a exponer su drama ante un profesor que le inspira confianza y competencia para aliviarse siquiera en pequeña medida de su complejo.

La exposición de su historia es muy lineal, casi rectilínea. Discurre sobre sus pasatiempos, su gusto por la música y las artes, las conversaciones con sus únicas tres amigas, sin nunca sobrepasar sus propias reservas; “no se puede confiar en las personas, cualquier información más íntima puede ser usada en contra”.

- Nunca se interesó por un relacionamiento sentimental que tal vez correspondiera a su sentido de la reserva?

- Sentimiento en el sentido de compromiso amoroso? No, nunca pensé que pudiera acontecer conmigo. Tengo una relación de cariño muy grande con un primo que vive en mi patria de origen, pero él es sacerdote; ni él ni yo podríamos pensar en algo que sea una simple amistad cariñosa.

Le insisto en este punto; hay padres que se apasionan incluso por una freira y terminan en casamiento.; Aurelia se cierra a esta posibilidad.

Todo en ella se da en un campo de cierre de posibilidades; vive en un círculo sin salidas. En el círculo de sus padres impera la misma ley: hay zonas cuya exploración está prohibida. Ese círculo cerrado se implantó con el suicido de su hermano menor, hace 20 años. Después de su muerte nunca se mencionó su nombre: desapareció de la memoria familiar.

De manera muy abreviada esta es la historia de esta mujer de movimientos, gestos delicados y rasgos corporales finos y agradables, agradables para cualquier hombre.

Solo me restaba escucharla y estimular su sentido de libertad y así tomar iniciativas para descomprimirla y abrir la posibilidad de una realización en abierto. ¿Qué conseguimos en los dos años de tratamiento? No fue mucho, pero fue algo que ya estaba en germen en ella: precisaba tomar consciencia que la ausencia del otro-masculino tenía su precio, pero la vida de las freiras mostraba que no era algo imposible, pero ellas tenían el amante ideal: la figura de Jesús, cuya compañía Aurelia también tenía.

2) Es importante que el cliente se abra a la escucha de su propia dicción; generalmente habla desde un lugar dislocado, que no corresponde a lo más propio de sí; en estos momentos representa la voz y los dictámenes de los otros –de su familia, de los que im-

nen su figura en el ambiente social, son las figuras de la feria, del mercado.

El cliente precisa irse liberando del imperio del otro; irá lentamente haciendo su proceso de desalienación, proceso nunca exento de recaídas y de pérdida de sí por las imposiciones del ambiente.

Ciertamente ni todos los que solicitan una psicoterapia son seres sin sentido crítico del mundo en que habitan y de sus propias necesidades más auténticas. Cuadros sintomáticos diversos, con factores orgánicos y físicos manifiestos, disparan y configuran conflictos persistentes que llevan a la persona a un encerramiento en los intramuros de la interioridad sofocante. Acabo de mostrar el caso de Aurelia. Hay casos clínicos aún más complicados.

Este abrirse al llamado del sí mismo, o de lo inconsciente, como diría Freud, va aconteciendo gradualmente; demanda tiempo, exige una mayor comprensión de sí, de nuestras necesidades y demandas y de los intereses que movilizan nuestra motivación.

3) Existe la barrera de las *expectativas no atendidas* por parte del terapeuta; el terapeuta escucha, pero no responde a la demanda de una respuesta en relación a cual sea el camino de la cura, del cuidado que permite la eliminación de lo perturbador, de lo que persiste como “una espina en la carne”, como gustaba decir Kierkegaard. Algunos terapeutas gustan dar pistas, proponer vías de tránsito más expeditas, con peajes y curvas previsibles. Solo las indican. NO intentan imponerlas como una cartilla de receta médica o de quíromántico que anota las indicaciones de líneas dibujadas en cada mano. Es cauteloso, inclusive si su trabajo es de consejero circunscrito a problemas específicos, como acostumbra acontecer en psicoterapia de parejas, cuyos casos generalmente exigen un mayor cuestionamiento por parte del terapeuta –lo que no supone que sea directivo.

3) Las mediaciones que imponen el diálogo y la relación terapéutica.

1) De diversas maneras las mediaciones más frecuentes que existen en la relación psicoterapéutica ya están indicadas en las páginas anteriores. En todo relacionamiento humano, sea con otras personas o con factores materiales, existen *mediaciones* que tanto facilitan la relación como la obstaculizan o la mantienen en una tensión ambigua. Entendemos que en una relación cualquier su propuesta está sujeta a factores que operan como lazos o puentes de contacto, incluso si la relación se presente como algo directo, hecho de una sola pieza. Los amantes gustan pensar que el amor que experimentan mutuamente es algo que los une por la simple inspiración de una sintonía sin puntos de separación, inclusive si la dinámica de la relación les muestre que esta idea es una simple ficción. Habría una substancia sutil que los uniría, inclusive si sus diferencias y malentendidos disparan todos los días.

2) En la relación terapéutica las mediaciones se presentan de diversas maneras, pero ahora me interesa solo destacar la mediación de la presencia del otro con su respectiva demanda y la mediación del lenguaje

en su dupla faz: como revelación y como ocultamiento. En estas dos expresiones hay zonas sombrías y oscuras que imponen el silencio.

La procura de un terapeuta implica la demanda de ayuda para encarar un malestar que perturba a la persona. Precisa de la *mediación* de un psicoterapeuta para tal vez así conseguir superar lo que lo perturba. Él ignora el origen de su malestar o le atribuye algunas causas según sea lo sintomático; supone que los tratamientos médicos de tipo puramente orgánico y farmacéutico no son los más indicados, incluso si alivian algunas manifestaciones –disminuyen su ansiedad, mejoran su ánimo depresivo, aquietan tendencias obsesivas, calma su irritabilidad y sus miedos fóbicos. Y otros malestares aún peores. Precisa de la *mediación* de un terapeuta que descubra y luego le ayude a superar lo que estaba en la estructura de sus vivencias y en el desarrollo de su historia. Es un trabajo en común, en su dupla responsabilidad.

3) Sin embargo, incluso si la relación en la interlocución se da en el lenguaje, hay en su seno otras mediaciones que son indicadores de lo afectivo-emocional y de la dificultad para colocar en las palabras el acontecer más íntimo. Hay factores que facilitan u obstaculizan la expresión a nivel lingüístico lo que acontece en el cuerpo y en su estructura vivencial. El temperamento muestra facilidad para expresar lo que siente, pero esta facilidad no es suficiente para establecer el puente entre su locución y las fuentes que perturban el movimiento de su dinamismo psíquico.

Es frecuente que ese acontecer psíquico se manifieste más por lo que surge a nivel somático que verbal. Es lo que ha mostrado la técnica del Focusing teorizada y aplicada por E. Gendlin. La hipótesis de este autor es que lo somático vivido por la persona es un lenguaje más efectivo que el lenguaje en la interlocución. La mediación del lenguaje sería hasta un obstáculo más que un facilitador.

Es una tesis digna de consideración, bien argumentada y demostrada por su autor. De todos modos siempre está la presencia de un mediador, no importa si no es terapeuta. Esta observación vale igualmente para otras técnicas como son el *Exacami*, o Exploración activa del campo imaginario, el uso del TAT como una técnica de creatividad por la invención de historias. (4).

Está presente también la *intervención del tiempo* en el proceso de cambio. Los dos interlocutores esperan algunos cambios positivos en quien solicitó la ayuda; hay terapias breves que focalizan el tratamiento en una área determinada; hay otras que se dejan abiertas la duración; si los cambios no acontecen en un tiempo esperable, bien puede surgir una reacción de impaciencia e incluso de descrédito en el tratamiento. Un porcentaje considerable de los clientes solo consiguen aliviar lo perturbador, especialmente si el factor estructural reside en trazos de carácter que ya operan como formas de adaptación, no importa si estas formas hayan resultado negativas como lo muestra la biografía de la persona. Los conceptos de transferencia y contra-transferencia, así como el de defensas egoicas, no pueden ser ignoradas en todo tratamiento psicoterapéutico, sobre todo si estos fenómenos son

ignorados por preconceptos doctrinales. Terapeutas existenciales reconocidamente competentes los han reconocidos, como es el caso de Irvin Yalom.

A título de síntesis

He examinado los puntos centrales del tema propuesto. La relación terapeuta-cliente se da en alto grado a través del lenguaje y de la presencia de los interlocutores empeñados en el propósito común de liberación de algunos factores vivenciales que perturban al cliente, ya enraizados en la biografía del cliente o son reacciones recientes antes eventos adversos (fin de un casamiento, pérdida del apetito sexual, fobias, reacciones psicósomáticas, ansiedad persistente, etc.) Mi intención fue destacar la dicción del cliente y la escucha del terapeuta en mutua interacción, con sus líneas de convergencias y divergencias, inevitables en toda relación incluso si los dos interlocutores persiguen objetivos en común. Forma parte de la dialéctica de toda relación dar-se en términos de mutuo entendimiento y de desentendimiento según sea la dinámica de la interacción.

Me interesó examinar la relación con sus zonas de silencio, de pausas, y de efectos de una escucha variable según sea el grado de entendimiento entre los

protagonistas, grados igualmente variables según una serie de mediaciones inherente a toda relación.

Informaciones:

(1) La historia de Jadir está expuesta en mi libro "Neogenesis".

(2) la historia de esta joven está más completa en mi libro "Neogenesis"

(3) La exposición del caso Aurelia está en mi libro "El encuentro de sí en la trama del mundo" 2003. São Paulo.

(4) El Exacami es un ejercicio de creatividad que explora los sectores más profundos del campo imaginario; es parecido al "Rêve éveillé" propuesto por R Desoille (1936)

Curriculum:

Psicólogo. Ex profesor universitario. Presidente de asociaciones. Miembro fundador y miembro de honor de ALPE. Escritor y autor de libros de la especialidad.

Correo de contacto: emiliorom@terra.com.br

Fecha de entrega: 30/06/2019

Fecha de aceptación: 25/07/2019

Sección aportes originales

Esgrima como método de terapia existencial

Vyacheslav V. Letunovsky

Moscú, Rusia

Presidente de la Asociación de Especialistas de esgrima
en el campo terapéutico. Moscú, Rusia.

Resumen

Este artículo se centra en el desarrollo del método de esgrima terapéutico dentro del marco de la terapia existencial. Se consideran formas de esgrima terapéutica tales como trabajar con frases de esgrima y el desafío terapéutico. Se presta especial atención al tema del desarrollo de la sensación completa con la ayuda del trabajo con la espada. El objetivo es familiarizar a los lectores con un método de trabajo existencial como lo es la esgrima terapéutico-sensorial. Las personas que se enfrentan por primera vez a esta forma inusual de trabajo a menudo se sorprenden y luego se preguntan: "¿Qué relación guarda la esgrima con la psicoterapia?" y "¿por qué exactamente la espada?". A continuación se tratará de responder dichas preguntas.

Palabras clave: terapia, existencia, integridad, frase de esgrima, ser-juntos, modelos dinámicos esgrimales, lesión genérica, desafío terapéutico.

Entonces ellos dijeron: Señor, he aquí dos espadas. Y él les dijo: Basta. (Lucas 22:38)

Abstract

This article describes in detail history, methodology and basic tools of Logofencing as a body-oriented practice of existential psychotherapy, concepts of therapeutic fencing fight and fencing dynamic constellations, practical examples of the successful psychotherapeutic practice are given. Describes the therapeutic possibilities of the fencing phrases and the peculiarities of the treatment and his effects of birth trauma.

Keywords: therapy, existence, integrity, fencing phrase, being-together, dynamic fencing models, generic injury, therapeutic challenge.

Tres encuentros con la espada

Empezaré hablando de mis propios encuentros con la espada. He estado en esgrima semántica terapéutica durante muchos años, y en este trabajo se han cruzado varias líneas importantes de mi vida: una fascinación por la espada que, como recuerdo, surgió en la juventud, un interés en la terapia existencial y el Daseinanalysis de M. Boss y L. Binswanger, así como experiencias terapéuticas que comenzaron en el centro de psicoterapia existencial de Karlfrid Graf. Durkheim en Alemania.

La primera vez que tomé la espada fue cuando tenía 17 años. Era una espada corta, pero todavía bastante pesada, una espada europea clásica. Desde ese día

he albergado un sentimiento tan especial hacia ella que me es difícil encontrar palabras para expresarlo.

No se puede llamar estrictamente "amor", aunque correspondía a una dirección parecida. No es sólo "respeto", aunque en este caso, por supuesto, también está presente. Me subí al techo de mi casa de cinco pisos, y allí estaba agitando esa espada a placer. Entonces fue una actividad extraña ya que en aquellos lejanos tiempos soviéticos aún no nos habían mostrado películas sobre el inmortal Duncan MacLeod, ni sobre Samurai. Recuerdo comprar las insignias de aluminio de los Juegos Olímpicos de los 80, sacarlas con una lima, lijarlas, pintarlas y colgarlas en la solapa de la chaqueta, lo que resultó hermoso. ¿Por qué hice todo esto? Sólo Dios lo sabe, la verdad es que sólo me apetecía hacerlo.

La segunda reunión con la espada tuvo lugar 12 años más tarde en el Centro de Psicoterapia Existencial de Karlfrid Graf Durckheim en Toodmos-Rütte (suroeste de Alemania), en las estribaciones de los Alpes. Fue una bokken¹, pero esta reunión fue aún más profunda y sorprendente. Mi maestro y terapeuta, Thomas Schindelin, al mirar cómo un individuo hacía movimientos con la espada, podía descifrar casi todo desde cuál era su vida hasta quién era realmente.

Es literal: unos pocos movimientos simples realizados por el cliente de forma individual o en pareja, son capaces de contar sobre la persona más que algunas sesiones psicoterapéuticas. No he conocido en ningún otro lugar un trabajo similar tan sorprendente. Hay diferentes escuelas de esgrima con espadas europeas y japonesas (por ejemplo, kendo y kendo-shutsu), pero en todas estas tradiciones el trabajo con la espada es, ante todo, el arte marcial; en tales prácticas nunca se han realizado explícitamente tareas psicoterapéuticas. Aquí es donde conocí por primera vez el trabajo de la espada como una forma de terapia. Por primera vez me di cuenta y sentí en mí mismo que en el trabajo con la espada el hombre se enciende integralmente, es decir con todo su cuerpo. No puede actuar de forma exclusivamente racional, en otras palabras: actúa "fuera de la cabeza". Fue entonces cuando se hizo evidente para mí el carácter especial del instrumento en sí (la espada), su esencia inflexible, que impide que el paciente se engañe asimismo y por ende al terapeuta. La espada siempre requiere una

¹ Una copia de una larga espada japonesa hecha generalmente de madera de roble o haya.

respuesta clara y definida: "Sí " o "No". Recuerde el proverbio - "La verdad siempre sale a la luz".

En el trabajo con la espada, lo más sorprendente fue también la sensación de claridad y transparencia, que llega instantáneamente al terminar la clase. Muchas preguntas dolorosas obtienen respuestas, y si no existían, entonces dejaban de ser tan dolorosas, de alguna manera se podía vivir y manejarlas. ¿Debería sorprender lo mucho que me enamoré de la espada después de estas clases? Volví de Alemania con dos bokken de madera de roble japonés y comencé a tratar con ellos mismos, así como usarlos en asesoramiento psicológico. Una vez cada dos o tres años durante 10 años, fui al Centro de Psicoterapia Existencial de Karlfrid Graf Durckheim para mejorar mi habilidad metódica. Como psicólogo y entrenador, con el tiempo, me he vuelto más activo para incluir comentarios grupales en el proceso terapéutico, lo que en mi opinión ha mejorado la eficiencia del trabajo. Incluso, en ocasiones he hecho presentaciones sobre el trabajo terapéutico con la espada, que de forma inequívoca terminaron con éxito, e incluso los escépticos más débiles, tomando la espada, cambiaron rápidamente su actitud negativa a una positiva.

Pero no importa cuán hábil sea el terapeuta, su habilidad no puede protegerlo de sus propias crisis existenciales profundas. La preparación psicológica permite, sólo mitigar el impacto, advertir de las decisiones bruscas y sin pensar, y tal vez extraer de la situación actual alguna experiencia para sí mismo que conlleve a la madurez personal.

Cerca de los 40 años aconteció en mi vida una crisis. En su apogeo, cuando estaba tan débil que incluso me sorprendió a mí mismo, tuve la suerte de volver a visitar Alemania, donde me ayudaron a volver a una vida más o menos completa. Esta vez Thomas me presentó una espada japonesa de hierro real. No fue una reunión fácil. Después de trabajar con la espada de madera, esta nueva espada parecía demasiado pesada y en algún sentido "no escuchada", al igual que mi situación en aquel momento, que no fui capaz de resolver correctamente.

En una de las clases, haciendo un movimiento descuidado, dañé un poco la punta de la espada. Esto lastimó a Thomas de tal manera que no pudo asimilarlo por mucho tiempo. Su maestro, el Conde Karlfried Graf Durckheim, que era un verdadero maestro Zen y estudió en Japón durante muchos años, le dio una actitud muy cuidadosa y temerosa hacia la espada. Este cuidado y astucia son muy propias de los alemanes y japoneses, pero yo soy ruso, y los rusos no siempre somos cuidadosos. Esta es nuestra fuerza y nuestra debilidad.

Más tarde, Thomas se calmó y me dio a través de cartas una serie de valiosas observaciones, relacionando mi estado de entonces con mi trato con la espada. Me dijo que mi manejo imprudente sólo mostraba cuán imprudente me comporté y cómo estaba mi situación de vida (haciendo una visión holística), por lo que me advirtió que podría lastimarme mucho. En ese momento, no pude entender a qué se refería; la que se había dañado fue su espada, ¡no yo! Sin embargo, más tarde ya en mi propia experiencia, me di cuenta claramente del verdadero significado de sus palabras.

Por último, hablaré de la tercera reunión con la espada. Por cosas del destino ingresé en un club de esgrima histórica, dirigido por el notable entrenador Andrei Zimin. En el club se utilizaron espadas europeas pesadas de una sola mano. Fui a una tienda llamada "mundo de la antigüedad" y me compré un kit de entrenamiento de medio día (algo intermedio entre una sola mano y una larga espada de dos manos), y lo compré por la simple razón de que no había espadas para una sola mano en venta. No tuve éxito con la espada intermedia y pronto me enfermó la articulación del codo en mi brazo derecho. Empecé a practicar con la izquierda y un poco más tarde mi articulación izquierda enfermó. Tuve que interrumpir las clases durante un mes y medio, y después de eso, obtuve una espada de una sola mano y comencé lentamente a hacer las clases en una versión ligera.

Al relacionar estos eventos con mi situación de vida, me doy cuenta claramente de que todo era más que simbólico, así como todo era en la vida, agitando mi media espada solamente con las manos la mayoría del tiempo sin incluir el cuerpo, por lo que los codos se sobrecargaron. Mi situación de vida era parecida, yo también estaba tratando de resolver superficialmente ciertos problemas, por lo que todo esto siempre acababa en algo doloroso. La versión ligera del trabajo con una sola mano, aunque no dio lugar a un dolor como antes, tampoco me produjo una satisfacción total; esto significaba que la vida estaba a la mitad.

Y así es como llegué a clase cierto día y descubrí que uno de mis colegas accidentalmente había roto mi espada de una mano en sparring. No había nada que hacer, volví a tomar la "media espada" (la media espada es para una mano y la espada es para las dos manos. En inglés, este tipo de espada se llama bastard). Pero para mi profunda sorpresa descubrí que ya no me parecía demasiado pesada, y aunque trabajar con ella después de una hora y media me condujo al agotamiento y tuve que trabajar con las dos manos, sin lugar a duda esta fue una tarea nueva e interesante para mí, que ahora no me asusta. Para mí, era un signo y una confirmación de que mi relación con el mundo había cambiado.

Esgrima terapéutica como método de terapia Existencial

¿Cuál es la especificidad del método de la esgrima terapéutica y por qué se puede considerar una forma de psicoterapia existencial? – Sin profundizar demasiado en las razones filosóficas del método, voy a hablar de algunos conceptos claves y explicar esta forma de trabajo.

El enfoque de este trabajo terapéutico no es solo una persona en sí misma, sino, sobre todo, una persona en su relación con el mundo, las relaciones con otras personas, las relaciones con usted mismo. Aprovechando los términos de M. Heidegger y los terapeutas existenciales que lo han seguido y Daseinanalistas (M. Boss, L. Binswanger), se puede decir que el tema principal del trabajo es ser-aquí el hombre, su presencia.

En este sentido, el famoso filósofo alemán, psicólogo y psicoterapeuta Karlfried Graf Durckheim habló de dos tipos de terapia: grande y pequeña. La pequeña tiene

como objetivo ayudar a la persona a aprobar y defender su vida, deshacerse de los "complejos", mientras que la grande - le ayuda a encontrar la integridad en las relaciones con el mundo y a darse cuenta de su destino. El problema es que la pequeña terapia a menudo se toma para resolver problemas grandes, y en esta situación sus métodos son completamente inadecuados. Muchos terapeutas se centran en resolver ciertos problemas, como los problemas de separación (como en la terapia de orientación psicoanalítica) o la liberación de una persona de sentirse culpable y aumentar su autoestima (como en algunas direcciones de la terapia humanista). Todo esto es indudablemente importante para el desarrollo humano, pero si las tareas de "mejorar la calidad de vida" se vuelven centrales en el proceso terapéutico, esto complica el movimiento humano hacia la integridad.

El objetivo y el valor de la gran terapia, de acuerdo con Durkheim, es el desarrollo del llamado "órgano del ser", cuyo objetivo es dar a la persona la oportunidad de escuchar y entender, siempre llamado a él y la cuestión de su propio propósito (es el "Llamado del ser" de M. Heidegger). En este sentido, se recuerda a Samuel (Biblia): "Aquí estoy, Señor".

Al traducir todo esto con un poco de lenguaje abstracto y místico de la filosofía de Heidegger, se puede decir que se trata de ayudar a una persona a obtener la integridad con el mundo, aprender a sentir su destino (es decir, lo que y en qué calidad está destinado a ser), y aprender a actuar de manera auténtica y adecuada. Esto significa lograr en cada situación (ya que esta tarea no se puede resolver de una vez por todas) la plenitud de la presencia. Es por eso que una de las tareas centrales en el trabajo terapéutico es el desarrollo de un sentido del todo.

¿Qué queremos decir con todo esto? El "mundo de la vida" de una persona incluye: su yo, a los demás y todas las condiciones externas e internas totales de su situación. Entonces surgen las preguntas: ¿Acaso es capaz una persona de sentir y darse cuenta de todo esto? ¿Creemos que esta tarea es imposible antes de llevarla a cabo? Nuestra profunda convicción es que una persona inicialmente tuvo la oportunidad de sentir todo, como un cierto requisito para sí misma. En diferentes períodos de la vida, este sentimiento puede cambiar mucho, exacerbado, ahogado. Este sentimiento ayuda a una persona en la explotación de su propio potencial, que en un examen más profundo resulta no tanto en el potencial de una entidad separada, sino en su conjunto, como algo integral.

El sufrimiento humano a menudo se asocia con la particularidad y la presencia incompleta en las relaciones con el mundo y con los demás. Un ejemplo de ello es la concentración inadecuada en sí mismo (egoísmo, egocentrismo) o en otros (sacrificio), que a menudo se convierten en "respuestas" dolorosas del mundo. La no-integridad como condición existencial, dañina y dolorosa se debe en parte al progreso del desarrollo ontogénico de la persona: desde la infancia hasta la adolescencia, desde la adolescencia hasta la madurez, con etapas complejas de separación y nueva integración. Los fenómenos culturales, cuya influencia, por desgracia, no siempre es positiva, sobre todo, las instalaciones hedonistas que ponen en el

centro de la vida humana la satisfacción de los deseos del ego.

El desarrollo de la capacidad de sentir conduce a un poderoso efecto terapéutico. Recordemos las raíces de la palabra *curación*² en ruso. Entonces, ¿cómo ayudar al cliente en el trabajo terapéutico a darse cuenta, entender, ver su situación existencial en su integridad?

En primer lugar, la espada ofrece al cliente y terapeuta excelentes oportunidades de "diagnóstico" y trabajo en el espacio, que en la tradición existencial siguiendo a Ludwig Binswanger hemos llamado Mitwelt, espacio de relaciones con otros, ya sea un conflicto, una cooperación o incluso un amor. Dichas bases filosóficas son confiables para trabajar en esta dimensión y también las encontramos en las obras de Martin Buber.

A continuación, les daré un ejemplo. En un grupo psicoterapéutico que trabajaba en parejas con espadas, les di a los participantes la tarea de tratar de comunicarse con su pareja durante el ejercicio especial (sin contacto mutuo, sólo usando las espadas). Cuando analizamos la experiencia, le pregunté a un joven si podía sentir esa unidad, dijo que lo había hecho, pero no de inmediato, ya que su pareja se resistía. Cuando le pedí a esta participante que describiera sus impresiones, dijo que no había unidad en la mente. Lo que pasó fue percibido por ella, más bien como violencia. Durante el debate sobre esta experiencia, los participantes llegaron a la conclusión de que, para lograr la unidad, era necesario aprender a abrirse y aceptar, en lugar de protegerse con barreras, aunque el segundo camino parecía más atractivo, ya que daba una sensación de fuerza.

La espada también ofrece la oportunidad de trabajar en la terapia en un espacio existencial de interacción con la naturaleza, el mundo físico o "Umwelt" como lo describe Ludwig Binswanger (Binswanger, 1999):

En uno de mis grupos, que se celebró en Baikal en agosto, estos aspectos fueron particularmente vívidos. El grupo trabajaba en una colina sobre un lago. Y el tiempo en ese momento en Baikal se caracterizó por una variabilidad especial, en 4 horas de clases, cambió seis veces, desde la percepción de un viento penetrantemente severo, ligera brisa, hasta el sol caliente y brillante. Una sensación totalmente increíble ocurre en ti cuando haces un movimiento con una espada durante el paso de un fuerte viento contrario o durante una ligera brisa. Por un lado, es una gran sensación de unidad con todo lo que vive en este entorno, se logran percibir: montañas, árboles, piedras, lago; y por otro, la alegría de la lucha, la confrontación, la alegría de todo lo que necesita para forzar su voluntad y fuerza. Esta es una unidad paradójica de lucha, ya que la consideras una fiesta de vida, sin ningún tipo de ira y agresión. La unidad que hemos perdido en el furioso embudo giratorio de la metrópoli, que nos alejó de la naturaleza por sus paredes grises.

En la terapia existencial, siempre es importante no solo que el paciente se dé cuenta claramente de su situación, sino que también la acepte y, por lo tanto, comience a actuar adecuadamente. Y aquí viene a

² Лечение (curación) – Obtener integridad.

ayudarnos una característica de la espada: su inflexibilidad. Una persona puede asegurar por mucho tiempo que ha tomado el control de su situación y es capaz de dominarla, pero su débil movimiento inseguro o su incapacidad para reaccionar adecuadamente a la estocada o el golpe de su oponente, rápidamente pone todos los puntos sobre las "i". La espada evita que el paciente se engañe. Además, el trabajo con la espada pone al hombre ante la necesidad de una acción activa y decidida.

A este respecto, recuerdo otro ejemplo muy característico de mi propia práctica. Durante la sesión de psicoterapia, le pedí a un miembro del grupo que pronunciara una declaración imperativa para toda la terapia existencial, "yo estoy aquí", pero en respuesta solo escuché oposiciones. Entonces le pedí que tomara la espada y pronunciara esa declaración junto con un golpe de corte directo de arriba hacia abajo, y escuché un sólido y seguro "yo soy". ¿De dónde vienen las fuerzas? Después, ella fue capaz de pronunciar esa frase con bastante confianza y sin el apoyo de la espada.

Por lo tanto, el trabajo centrado con la espada cambia la actitud de una persona hacia sí misma, a su entorno más cercano y personal (Eigenwelt) con una mayor aceptación, enraizamiento y sostenibilidad. Otro ejemplo:

Uno de los clientes, un hombre de 45 años, llegó a una sesión terapéutica en un estado de depresión, fatiga y devastación con la pregunta ¿de dónde puedo tomar fuerza para seguir? Su situación familiar en ese momento, igual que la situación en el trabajo, dejaba mucho que desear. El trabajo fue organizado de tal manera que la fuerza que él pudiese encontrar en sí mismo, lo lograra sin el apoyo del terapeuta. El cliente trabajó por su cuenta, realizando una serie de golpes de hierro preestablecidos de 2 minutos en el neumático. Su tarea era controlar constantemente su rack (con un mayor énfasis en la sostenibilidad), durante el ataque, así como en su preparación. Ya después de la tercera serie, la sensación interna del cliente ha cambiado drásticamente. De la fatiga no queda rastro, y debido a la estabilidad que ha surgido, las tareas que se le enfrentan en un futuro próximo ya no parecen tan difíciles como antes. Una conversación posterior confirmó que los procesos estancados que lo atormentaban finalmente se movieron del punto muerto y comenzaron a resolverse.

El trabajo con la espada no solo "modela", sino que realmente pone a la persona en una situación existencial en la que se presentan los requisitos límite para su presencia. "Se ve fuerte, asesta con la espada honestamente, ¿qué más necesita un espadachín?"- dijo un maestro ruso de esgrima con una espada. "Se ve fuerte" – implica quedarse fuerte sobre tus pies, estar arraigado en tu ser, hacer los pasos correctos, preparados, reflexivos, mientras que "asestar con la espada honestamente" – se refiere a decidir, ser firme, ser extremadamente honesto en sus manifestaciones, honesto con usted y los demás. Rasga firmemente con lo viejo, abriendo el camino a un nuevo, vivo, desgarrado del estado de ocultación (M. Heidegger) en un fenómeno penetrante de la existencia. Una vida decidida, extremadamente honesta, arraigada en su propia

existencia no es sino el objetivo principal de la terapia existencial, la terapia que contribuye al logro de la integridad de sí mismo en la integridad de su relación con el mundo.

¿Eso significa que trabajar con una espada puede reemplazar por completo la experiencia de una conversación y discusión? - Claro que no. La experiencia que el paciente recibe al trabajar con una espada es necesariamente debatida. Después del final del ejercicio, se realiza un análisis fenomenológico de la experiencia que los participantes recibieron en los ejercicios. Al mismo tiempo, el terapeuta organiza la discusión de tal manera que los participantes interpreten la experiencia resultante, de esta manera dominándola (M. Heidegger).

Aspectos metodológicos fundamentales de la esgrima terapéutica sensorial (ETS).

¿Cómo se ve el trabajo con la espada? Comenzamos por lo general con los golpes y protecciones simples, desarrollando gradualmente la capacidad de conectar lo que está sucediendo con su vida. El trabajo con la espada se puede construir individualmente, en pareja y en grupo.

Forma de trabajo individual. La tarea aquí puede ser cualquier movimiento simple con una espada, como un golpe directo de arriba hacia abajo. Al mismo tiempo, invito al cliente a ampliar gradualmente el alcance de la sensación. En primer lugar, se hace hincapié en el desarrollo de la sensación holística de su cuerpo (al comienzo del trabajo, los clientes a menudo se fijan en las sensaciones en las manos y en la trayectoria del movimiento de la espada). A continuación, sugiero "agregar" a la sensación de su cuerpo y sentimientos, la sensación del mundo circundante - la audiencia, si las clases se llevan a cabo en la sala, otras personas, si están presentes, a esto se le agrega lo que se encuentra fuera de la habitación: árboles, aire, nieve, máquinas, aves, etc. La Expansión de la percepción de sí mismo y el mundo circundante se convierte en una buena metáfora de la expansión de la conciencia como una mayor apertura a la vida. Más cierto sería incluso hablar no sólo de la metáfora, sino de "modus". Al ampliar la conciencia y la percepción en el modus operandi de la espada, una persona amplía la percepción y la conciencia en general, lo que no puede evitar afectar su relación con el mundo en la vida cotidiana. Es importante tener en cuenta que la percepción de sí mismo y del mundo no se entrena en la dicotomía, es decir, sin oposición, sino como una percepción de un todo.

El desarrollo de un contacto más adecuado con el mundo circundante se ve facilitado por tareas especiales para la fijación no rígida de la vista del objeto frente a sí mismo en el nivel de los ojos y la visión-escuchar-sentir del espacio alrededor. Además de ser importante en la esgrima desde el punto de vista técnico de la habilidad de visión panorámica, todavía estamos desarrollando una habilidad vital importante para aferrarse a la dirección elegida.

Otro aspecto importante del trabajo individual es el entrenamiento de la habilidad de "poner punto", es decir, detener la espada en un área determinada de la

trayectoria. Aquí se desarrollan de nuevo no sólo las habilidades de esgrima segura, sino también la habilidad vital más importante para completar lo que se inició en la vida en general. La experiencia muestra que las personas que tienen un buen puntaje durante el movimiento, se debe a que a su vez tienen un buen control de su vida. Y, por el contrario, la incapacidad de poner los puntos cuando se mueve con la espada muy a menudo en la vida corresponde a la incapacidad de completar los negocios, procesos y relaciones. El desarrollo centrado de la habilidad de "poner punto" en esgrima, contribuye al desarrollo de la habilidad de "poner punto" en la vida.

Una de las habilidades básicas que desarrollamos a propósito durante el trabajo individual es el desarrollo de la capacidad de estar presente en la situación aquí y ahora tal como es. El observador atento siempre es capaz de notar cuán presente está el espadachín en el proceso de la ejecución de su movimiento. "Sé lo que estás haciendo", me enseñó mi maestro de esgrima, como en su tiempo, su maestro le enseñó. Al mismo tiempo, es importante entender que la presencia no significa simplemente aumentar la intensidad de la acción (a veces incluso, al revés), sino comprender la esencia de lo que está sucediendo, escuchar, ver lo que está ocurriendo y reaccionar de la manera más adecuada para la situación.

En este punto puedo citar un ejemplo de la práctica personal. *La madre de un joven pidió ayuda, ya que su hijo "perdió el interés en la vida", "todo el día se encuentra en el sofá y no hace nada". El joven, estudiante de primer año del Instituto accedió a hacer ejercicios de esgrima y realmente se quejó al no poder apreciar el significado de lo que está sucediendo y a su vez estaba siendo acosado por pensamientos suicidas. Pasé solo cuatro sesiones con él, durante las cuales todo se centró en su atención para que estuviera completamente presente en su acción. Pronto se dio cuenta de que cuando estaba completamente presente en la situación, el movimiento resultaba no sólo de calidad, sino que también podía hacerlo con placer. Le gustó y rápidamente aprendió a asistir en sus movimientos en un 80-90% por ciento. En paralelo, se fue dando el proceso de cambio positivo en la vida. Ya no estuvo todo el día en el Sofá. Se incorporó de nuevo a la escuela y, además, en un trabajo de utilidades públicas; comenzó a administrar los ordenadores en su escuela. Al final de la clase me dijo que se había dado cuenta de que el significado de la vida es simple, su yo debe totalmente estar presente para comprender lo que está sucediendo y responder a la llamada de la situación de la manera más adecuada. Más tarde, durante un año, hablé con él y con su madre en varias ocasiones. Los síntomas negativos se habían ido por completo.*

Otro aspecto muy importante que estamos desarrollando en el trabajo individual es el trabajo en forma tangible de cualquier idea de acción. Para lograr esto lo dirijo a través de un golpe directo con la espada. Este concepto esencial también requiere su aclaración. En el marco de lo tangible, comprendemos una imagen holística de la acción futura, que incluye tanto el aspecto de resultado como el de proceso. Tal vez sea más claro si traemos aquí una metáfora de la pre-

paración mental de un gimnasta para llevar a cabo su trabajo. Antes de proceder directamente al movimiento, representa figuradamente toda la acción futura de principio a fin, en este momento, es como si se viera a sí mismo haciendo ejercicio. La efectividad de esta reproducción se mejora cuando no solo ve las imágenes, sino que también acompaña sus sensaciones en todas las otras modalidades de percepción: auditiva, cinestésica y propioceptiva. Quiero señalar que una serie de estudios han revelado un patrón muy claro: cuanto mejor se lleva a cabo este trabajo preparatorio, mejores son los resultados deportivos.

Así como en la vida de todos, la acción que realizamos, está precedida por una imagen consciente o inconsciente de la encarnación. Nuestra experiencia de muchos años indica que la capacidad de dar forma a la imagen de la encarnación y realizarla en la vida a menudo es poco desarrollada o deformada debido a diferentes tipos de lesiones. Entonces nuestra tarea es desarrollar o reanimar esta capacidad esencial de una persona. Esta tarea comienza con un simple golpe de arriba hacia abajo con el seguimiento de la imagen del movimiento realizado y la formación específica de la imagen del movimiento futuro. El trabajo sistemático y constante en esta dirección ayuda incluso a hacer frente a los efectos de las lesiones genéricas y las lesiones del período perinatal (sobre este tema se dedicará un capítulo separado).

Es necesario subrayar una vez más que el movimiento de la espada en el ETS es siempre una metáfora de la acción o el acto. En el ejercicio especial "Golpe de larga Duración", el golpe simboliza toda la vida, y se puede leer más sobre este ejercicio en un capítulo dedicado al trabajo con lesiones genéricas.

Desafío terapéutico

En la metodología de la esgrima terapéutica, el papel del desafío es difícil de evaluar. En general, la peculiaridad de la esgrima terapéutica, a diferencia de otros métodos de terapia, es la posibilidad de "modelar" la situación de la interacción humana de la manera más aguda y específica posible. Además, las situaciones del desafío como metáforas de las relaciones, tienen la propiedad de dicha intensificación y amplificación, que son prácticamente inaccesibles a otros métodos terapéuticos.

En el proceso grupal, el desafío terapéutico (DT) generalmente implica el final de todas las fases preparatorias, siendo una especie de clímax en la labor de grupo. El desafío brinda a los participantes del grupo terapéutico la oportunidad de probar y demostrar de hecho la fidelidad y viabilidad de las conclusiones y descubrimientos. Esto no da cabida a ninguna posibilidad de auto-engaño y engaño a los demás.

Posibles opciones para un desafío terapéutico:

Trabajar en pareja con un participante determinado. Sobre la base de la dinámica y las características del proceso de grupo y los procesos terapéuticos individuales de los participantes, el terapeuta puede designar específicamente a los participantes para el desafío, sin dejar de darles la oportunidad de evitar el proceso de interacción. Esto se puede hacer, por ejemplo, cuando se acumulan relaciones tensas especifi-

cas entre los participantes que requieren permiso. También se puede hacer para acelerar e intensificar el proceso terapéutico de uno de los participantes, para adquirir y comprender experiencias específicas.

El desafío con la posibilidad de llamar u ofrecer a los participantes una oportunidad adicional para superarse a sí mismos, sus miedos o pereza. En el caso de una llamada, el trabajo terapéutico se vuelve aún más intenso que en el caso de una pareja designada. Es interesante observar que, si los participantes no hacen una llamada debido a su indecisión, experimentan una fuerte sensación de culpa, similar a la culpa existencial. Sin embargo, en este caso, la culpa se actualiza y se puede trabajar en el proceso terapéutico. La pregunta es: ¿la persona puede dar una respuesta decente? Esta situación a menudo se convierte en una metáfora brillante de cómo una persona entra en la vida real en respuesta a la "llamada de ser", a la exigencia de estar integralmente presente ante los demás. La experiencia muestra que, a menudo, una persona que no ha recibido una respuesta digna, experimenta claramente esta incapacidad y siente culpa, lo que puede convertirse en un tema de trabajo especial. Durante el procedimiento de selección de nuevos participantes, a menudo repito: "elijan usted mismo, y eso será como siempre".

Trabajo en pareja. Trabajando en pareja, los participantes aprenden una nueva dimensión de sincronización de sus movimientos de su pareja, de sus intenciones, etc. El trabajo en pareja puede ser de contacto o sin contacto, tener una tarea específica, por ejemplo, el desarrollo de un cierto movimiento o la frase de esgrima, o tener un carácter especial-sparring libre, nuevos desafíos, etc.

En mi experiencia, trabajando en pareja, los participantes del proceso se alejan gradualmente del deseo de ganar o volver a jugar (centrarse en sí mismo), o de establecer un falso sacrificio (ayudar a otro a resolver sus tareas) con el que las personas a menudo entran en una relación y se mueven hacia el diálogo, la conversación en la que sus acciones y movimientos son proporcionales entre sí y el proceso en general. La búsqueda de proporcionalidad también contribuye al cambio de participantes en el curso de los ejercicios especiales.

Por lo general, comenzamos con formas de interacción sin contacto en las que los participantes se ayudan mutuamente a comprender mejor la calidad de su presencia. Para este propósito, después de cada interacción, los participantes se dan retroalimentación específica. Por ejemplo: ¿Cuál fue la presencia de un compañero en una situación de interacción? Suficiente, insuficiente o excesiva (medida de presencia), que le parecía (calidad de presencia), qué reacción causó (influencia de presencia).

Más tarde vamos a trabajar del contacto. Los participantes en el entrenamiento continúan interactuando entre sí en el ejercicio, aprendiendo la técnica de esgrima. Este proceso también se acompaña de un sistema de retroalimentación específico entre sí. A medida que dominan la técnica de esgrima, se encuentran capaces de interactuar en un desafío terapéutico (DT), cuya metodología se describe justo debajo.

Durante el DT, cada uno de sus participantes desarrolla tareas terapéuticas, cuya naturaleza tiende a cambiar a medida que avanza el curso. Por lo general, los participantes comienzan con tareas tales como la plenitud de la presencia, la capacidad de controlar la agresión, superar el miedo, mostrarse audazmente a sí mismos, etc. Más tarde, las tareas se modifican en "establecer asociaciones", permanecer en la integridad con el mundo y en colaboración con el participante, etc. También cambia la naturaleza de los ejercicios del sistema operativo emparejado. Por ejemplo, en el módulo 3 del curso, realizamos un ejercicio como "Espalda a espalda", cuando 2 personas realmente se colocan espalda con espalda y se defienden contra 4 atacantes alrededor. En el feedback ya no se refleja la presencia, sino la compatibilidad de ambos, su interacción general cuerpo a cuerpo.

El trabajo en grupo le permite conectar la dinámica de grupo al proceso de la terapia, la reflexión de grupo y el feedback de grupo, lo que hace que el proceso sea más intenso y productivo. Al observar la acción de los combatientes, otros participantes expresan su opinión, han alcanzado sus objetivos terapéuticos o no, si en su opinión en este sparring hubo interacción o no, cómo era, lo que faltaba para llevarlo adecuadamente. En el debate general, en el proceso de sherring³, se incluyen efectos sinérgicos, lo que resulta en que todo el grupo y sus miembros individuales aprenden más rápido e intensivamente.

En los módulos superiores del curso, a partir del módulo 3, el grupo ya comienza a darse cuenta de sí mismo como un todo, en el módulo 4, enseñamos al grupo a sentirse como un todo orgánico y a realizar un seguimiento claro de la contribución de cada uno a ese todo. En el módulo 4 que se llama "Integridad", el trabajo se lleva a cabo más en el aspecto espacial, mientras que el módulo 5 es temporal. También se pueden utilizar formatos donde el grupo se organiza para trabajar en su totalidad.

Formas múltiples de interacción

A medida que mejoramos la técnica de esgrima, llegamos a la posibilidad de combate no con un solo participante, sino con varios a la vez. Es más fácil hacerlo después de pasar de la esgrima con una espada a la esgrima con 2 espadas. Dos espadas permiten que el participante de la interacción se sienta seguro, esgrima no con una sola persona, sino con varios. Y aquí nos estaban esperando varios descubrimientos:

En la esgrima en el espacio de ETS con varios participantes, las personas comienzan a participar involuntariamente en la interacción de sus situaciones de la vida, por ejemplo, las relaciones difíciles en la familia y en el trabajo. Así nació el método de los Modelos Dinámicos Esgrimistas (MDE), cuando comenzamos a simular estas situaciones intencionalmente y conscientemente, como lo hicieron en su tiempo Moreno y Hellenger.

Al pasar a la esgrima con varios participantes, hay una mayor atención y conciencia de lo que está sucedien-

³ De to share - compartir

do. Los participantes en el proceso comienzan a sentir más el conjunto del proceso y actuar de acuerdo a ese conjunto. La transferencia de las habilidades obtenidas durante la esgrima tiene un efecto muy beneficioso en la vida hacia una mayor adecuación y eficiencia. En la psicoterapia y en las prácticas de autodesarrollo, uno de los síntomas persistentes de estados neuróticos o cercanos a ellos es el fenómeno del diálogo interno, cuando una persona en lugar de darse cuenta de lo que está sucediendo y responder adecuadamente a él, se evalúa constantemente a sí misma y a otras personas en términos de cómo se ve, si otros lo hacen o no, etc. Resultó que los formatos de interacción multivariante son lo suficientemente fáciles de manejar con este problema, una persona simplemente no tiene tiempo para participar en esta "charla interna". Recuerdo un caso con una chica para la que el problema del diálogo interno era muy agudo. Se puede decir que simplemente la torturaba. Una vez que pasamos a los formatos de interacción 1:2, 1:3 – el problema se fue, el diálogo calmó, y luego dejó de molestarla hasta el punto de practicar el formato habitual 1:1.

Otro descubrimiento importante que hemos obtenido a través de la experiencia se resume en que la persona que esgrima con varios participantes proyecta libremente en el espacio de interacción su mundo de la vida, lo que refleja con alto grado de precisión la estructura de sus sentimientos y relaciones subyacentes. En este camino, los participantes en ocasiones tienen descubrimientos muy amargos, lo que parecía antes verdadero, puede no corresponder a la realidad. Por lo tanto, hay un efecto inicial; una persona se da cuenta de que para vivir es necesario dejar de permanecer en el ayer. Tienes que cambiar de actitud. Es menos probable que una persona sea afirmada en la corrección de su estado de ánimo, pero incluso en este caso, sus acciones y comportamientos se vuelven más conscientes del orden. Otro hecho muy significativo es que al observar otros mundos de la vida que proyectan otros participantes, la persona ve y encuentra los patrones de imitación correctos para sí misma. Con una fuerza especial, estos aspectos se manifiestan en formatos grandes: por ejemplo, en el formato 1:10. El hombre que entró en el círculo de 10 oponentes, al salir se siente diferente.

Es muy productivo en términos de desarrollo la capacidad de construir una relación conjunta dentro del formato 2:4, cuando 2 participantes de espalda a espalda se enfrentan con 4 participantes alrededor del perímetro. Todos los conceptos ilusorios de su comportamiento y el comportamiento de los participantes se aprecian inmediatamente en la dura realidad. Al darse cuenta de sus deficiencias, los participantes tienen la oportunidad de construir una verdadera colaboración sólida y estable.

El Torneo terapéutico es otra forma de trabajo que brinda más oportunidades de psicoterapia y desarrollo personal. Dependiendo de los objetivos terapéuticos específicos, el torneo puede organizarse y llevarse a cabo de acuerdo con diferentes reglas. La experiencia en el torneo, los combatientes con diferentes participantes, el análisis de estrategias exitosas e infructuosas, la experiencia de victorias y derrotas proporciona material tan rico para el trabajo terapéutico que requie-

re una descripción completa de un capítulo separado. Es interesante observar que el torneo también ofrece la posibilidad de modelar no solo los procesos de interacción individual, sino también el trabajo en equipo. A diferencia del torneo deportivo, las reglas de la concesión de la victoria se pueden cambiar, por ejemplo, en uno de los torneos como el principal criterio para la evaluación de las peleas fue "transparencia existencial" (claridad, honestidad, adecuación de la situación), en el otro - "el vuelo más alto". Por ejemplo, en un grupo de 15 personas, dos participaron en el combate. Después del desafío, todos los miembros del grupo que lo vigilaban tuvieron que decidir sobre la victoria y su justificación clara. En este sentido, los propios desafíos fueron, de hecho, solo un preludio, y la verdadera tensión y la dinámica existencial se jugaron en el proceso de adjudicación de la victoria. La poderosa retroalimentación integral que recibieron los participantes del torneo sobre su estilo de batalla sirvió como una poderosa base para una mayor conciencia y desarrollo personal.

Los Modelos Dinámicos Esgrimistas (MDE)

Sobre la base de los formatos poligonales de la esgrima hemos elaborado el tipo separado de la práctica psicoterapéutica, que ha recibido de nosotros el nombre de Modelos Dinámicos Esgrimistas (MDE).

Nos basamos en las obras de Bert Hellinger [7] y Jacobo Moreno [5]. En particular, Hellinger tomó el concepto de orden, pero no el orden de amor, sino el orden de la vida.

Bajo *el orden de vida* se entiende el orden habitual de hacer negocios en el hogar y en el trabajo, y en general en la vida. La persona siempre vive en el sistema de las órdenes establecidas de las cosas, los acontecimientos, las relaciones y reacciones de lo que sucede en su vida. Y a menudo, no es el hombre por sí mismo quien determina cómo debe estar en esta vida, sino su orden de vida. Puede que te sientas como si fueras tú mismo, y en realidad es tu comportamiento quien controla tu orden de vida. Por ejemplo, uno puede decidir: voy a quedarme en casa y en lugar de perder tiempo en línea, voy a hacer un asunto importante: escribir un artículo, por ejemplo. De hecho, puedes aprovechar este ritmo para hacer ejercicio, escribir algo. Y luego te dices a ti mismo: bueno, bueno, voy a echar un vistazo a algo de entretenimiento en línea - y se fue - se fue, mira - ya está brillando. Al día siguiente, la condición deja mucho que desear y nuevamente no tiene trabajo. Este tipo de eventos se repiten regularmente. En cierto sentido, el orden actual subordina el origen subjetivo de la persona, su "yo".

Entonces, la base de nuestro método de trabajo empleando dichos modelos se basa en el enfoque al orden de la vida. Es decir, los modelos ayudan a proyectar, haciendo que este orden sea visible, mostrando a la persona cómo lo afecta. Y cuando te das cuenta de que hay algo mal en este orden de vida, tienes que cambiar algo, tienes la oportunidad de cambiar eso. La experiencia muestra que las personas que trabajan en sus rutinas de vida de manera específica, sistémica, eventualmente las cambian, y los modelos ayudan a hacer que este proceso sea más claro, comprensible y específico. En el modelo, los miembros del grupo

asumen ciertos roles, como el niño, los abuelos, las madres y los padres, o los roles pueden simbolizar partes importantes de la vida, como los roles del espíritu, el alma y el cuerpo o el futuro, el pasado y el presente.

En este caso, el coordinador asigna las funciones del futuro, presente y pasado a personas particulares y trata de construir una relación armoniosa con su tiempo como un todo. La esencia del trabajo metodológico con ayuda de los modelos es la expresión del orden de la vida, en que se siente y permite entrever cierta problemática, luego ejerce un cambio dirigido a este orden de vida, a un estado más armonioso. De hecho, la experiencia demuestra que las personas que toman en serio este proceso tienen un éxito significativo. A continuación daré un ejemplo muy reciente. En mi curso llamado "*aplicación*" en la ciudad de Irkutsk participó una chica con el siguiente problema: su marido murió hacía tres o cuatro años, se divorciaron hace unos diez años, ella trata de construir una nueva relación, pero no puede. Han llevado a cabo una disposición simple: su marido ha fallecido y llegó a su vida una nueva persona con la que quiere establecer una relación, y por otro lado tiene a su hija. El modelo mostró que la chica estaba tan cargada negativamente hacia su marido que quiso matarlo. Esta carga negativa también se transfirió a su nueva pareja. Es decir, ella estaba tratando de construir una relación con un nuevo hombre, y su carga negativa se transfirió a él, que no tenía nada que ver con eso. En el desafío, este hombre se encontraba con una resistencia furiosa y negativa sobre la chica y constantemente tenía ataque de ira sobre sí mismo. Naturalmente, un hombre trata de recular lo más rápido posible, salir de una relación peligrosa para él. Para esta chica, esta disposición se había convertido en una poderosa influencia. Tal vez de alguna manera sospechaba que todo esto estaba sucediendo de esa manera, pero no creía que fuera tan obvio y tan fuerte. Lo que ella no perdonó a su marido, no lo dejó ir, fue la razón principal de todas sus fallas en los intentos de construir una vida amorosa con otros hombres. En ese momento, en su orden de vida, la persona activa más importante es su ex marido, con quien no se ha resuelto su relación, no ha sido perdonado, no importa en qué términos se hayan separado.

Una vez que se dio cuenta de todo esto, comenzó a trabajar deliberadamente para reducir la carga negativa hacia el ex marido. No se puede decir que inmediatamente tomó cartas en el asunto, pero la cantidad de energía negativa hacia el ex marido, duelo a duelo (de esgrima) comenzó a disminuir. Con la ayuda de la esgrima terapéutica, nos encontramos con nuestra realidad tan cerca, que dejar todo como está y no hacer nada al respecto ya es simplemente imposible. Estas son las palabras de muchos de los participantes de nuestros grupos.

En cuanto al procedimiento de los modelos, quisiera destacar aquí un par de puntos de principios que lo distinguen de las disposiciones sistémicas tradicionales sobre Hellinger y del teatro de la espontaneidad de Moreno. Una de las diferencias fundamentales, nuestras alineaciones son realmente dinámicas, es decir, se producen en un movimiento constante. Todos los

participantes en la colocación, tanto el cliente como las personas que desempeñan funciones, tienen una libertad de acción lo suficientemente grande, más que en el modelo tradicional, cada uno de ellos puede tomar y aplicar decisiones que provienen del contexto de la situación.

¿Cómo sucede esto? Digamos que hay una persona que quiere hacer el modelo. El líder del grupo le ayuda a organizar la colocación, establece su formato y asignar los roles. El papel principal pertenece al cliente de la disposición, el grupo principal sólo ayuda. Es él quien declara una situación que modela su orden de vida y asigna a los participantes ciertos roles. En las ubicaciones, los miembros del grupo pueden desempeñar funciones como personas reales o algunos procesos, cualidades o eventos importantes que se personalizan. Por ejemplo, pasado, presente, futuro, espíritu, alma, cuerpo, etc. Es decir, el cliente de la disposición asigna a las personas que son más similares, por sus propias cualidades mentales, a las manifestaciones de un personaje de su orden de vida. Si le resulta difícil hacerlo, le ayuda. Una vez que se seleccionan todos los personajes, los roles se asignan, se realiza la colocación en sí. Al mismo tiempo, es necesario que sea dinámico, es decir, cuando las personas han tomado roles, entraron en el orden de vida del cliente, pueden moverse en él, como quieren.

Digamos que en el ejemplo que he señalado, tenemos cuatro personas, y pueden esgrimir lo que quieran. En general, puede salir del proceso, puede esgrimir con una persona o con dos, y puede tratar de destruir la interacción de sus participantes que ahora esgrimen. Dependiendo de qué impulsos reciben, también actúan. Todo esto establece el orden de vida que se simula en la disposición y la experiencia muestra que el orden de vida a menudo se modela con bastante precisión. Así es como se realiza el modelo.

Otro ejemplo. El cliente del modelo, un hombre de mediana edad, modeló en un desafío las relaciones que tenía en su familia: él, su esposa y su madre (un clásico del género "cuñada-suegra"). La primera disposición mostró que intentaba interactuar tanto con su esposa como con su madre; periódicamente en esta interacción, el hombre daba la espalda a una y consecuentemente a otra mientras interactuaba, recibiendo en la parte posterior los golpes. Era como si estuviera tratando de interactuar igual con ambas, y de ambas obtenía golpes en la espalda. En la fase de reflexión, resultó que ambas mujeres estaban extremadamente descontentas con lo que estaba sucediendo, pero ambas carecían de atención, y todo lo que pensaban que estaba sucediendo estaba mal. El grupo que lo observó, incluido el líder, llegó a la conclusión inequívoca de que el hombre no ocupaba un papel central (que era lo necesario) en toda esta situación. No era el núcleo de este orden de vida.

Después de un tiempo, en el siguiente módulo del curso, este hombre llevó a cabo la misma disposición de nuevo, entrando en ella con la intención de convertirse en el centro de la situación, establecer la estructura general de lo que está sucediendo. Lo hizo más o menos con éxito. Durante la reflexión, el grupo le dio una retroalimentación inequívoca de que era el núcleo de la situación, y la situación comenzó a estructurarse,

las mujeres se calmaron y los golpes en la espalda cesaron. Es interesante observar que las mujeres se sentían mejor en esta posición, a pesar de que él se comportase con ellas de manera rústica o saltaran golpes, etc. Su satisfacción por la situación fue significativamente mayor. Más tarde, cuando un hombre habló sobre los cambios que sucedieron en su vida, resultaron ser muy similares a los que vimos en la segunda posición. Es decir, en su vida real, las mujeres se calmaron, los conflictos entre ellos disminuyeron, e incluso habló de que en algún sentido habían cobrado vida, comenzaron a aparecer más vivos, algo inesperado, pero probablemente bastante natural.

Hoy en día, estos modelos son bastante populares en la psicoterapia, sin embargo, a menudo se convierten en una especie de acción mágica, y el reparador se convierte en un mago supremo, que transforma algo en el mundo de la vida del cliente. Este pensamiento acerca de la "magia", en nuestra opinión, es extremadamente peligroso, y no está claro cómo va a desaparecer. A menudo, este tipo de "magia" produce efectos positivos a corto plazo, pero a largo plazo se juega con un boomerang doloroso para todos los participantes en el proceso. En este sentido, quiero decir firmemente que no tenemos ninguna magia. El líder que organiza la disposición sólo establece el campo para que las personas trabajen en él por sí mismas. En este sentido, la principal persona activa es, por supuesto, el propio cliente de la disposición. En la primera disposición, ve su orden de vida como es. Para muchas personas, esto se convierte en información privilegiada, muchos se dan cuenta de que la forma en que representan la situación no es realmente lo que realmente es. Esta información privilegiada inicia cambios en el orden de la vida que ocurren en los modelos anteriores y en la vida real.

Consideremos otro caso. La mujer eligió la siguiente posición: yo, el esposo y el «Ser-juntos». El módulo del curso se llamaba el «Ser-juntos» y este tema era relevante. Designó a una persona para que desempeñara el papel de una persona determinada, designó a una persona para que desempeñara el papel de su marido y participó en el modelo de la misma. Durante el modelo resultó que el «Ser-juntos» todo el tiempo le impide interactuar con su marido. En su proceso, resultó que este «Ser-juntos» es un tipo de construcción que creó, en función de la imagen de corrección: debía ser así. Aquella construcción perfecta arruinó su interacción natural con su esposo todo el tiempo. En otras palabras, esta mujer tenía una idea de cómo deberían vivir adecuadamente con su esposo, y esa es la visión que ella ha llevado a cabo de manera persistente, y en realidad estas ideas ideales han destruido el verdadero «Ser-juntos». Cuando se dio cuenta de esto, el papel clave de su construcción ideal que había inventado, comenzó a disminuir, las relaciones con su esposo se fortalecieron, y en general su vida comenzó a cambiar para mejor.

Por lo tanto, el proceso lo controla por completo el cliente de la disposición, todo está determinado por su elección. Todo depende de su voluntad: cuando estoy dispuesto a cambiar la situación después de darme cuenta de mi orden de vida real. Si una persona elige

realmente una nueva forma de ser, reconstruye el orden, entonces el orden de la vida cambia.

Trabajar con traumas de nacimiento por medio de ETS En el primer módulo de nuestro curso llamado "Realización del Sentido" se da el ejercicio "Golpe de longitud en la vida". El significado del ejercicio es que una persona solo realiza un golpe que simboliza su vida. Levantar la espada normal es de arriba a abajo: cuando la espada sube, simboliza el período de embarazo, el punto superior es el momento del nacimiento, el golpe en sí es la vida, y el punto inferior es el punto de muerte. La experiencia ha demostrado que la forma de vivir una vida que las personas exhiben en este ejercicio resultó ser muy cercana a la forma en que realmente viven y rica en información privilegiada. Resultó que el movimiento inicial del golpe (prolongado o rápido, seguro o, por el contrario, indeciso, perdido), que muestran las personas, a menudo coincide con la forma en que ocurrió exactamente el proceso de su nacimiento. Después de terminar el ejercicio, preguntamos a las personas si sabían cómo habían nacido y resultó que sus historias sobre esto, muy a menudo coincidían con la forma en que comenzaron este movimiento.

Los puntos más simples y obvios son los siguientes: si el parto fue difícil, prolongado, con asfixia, hipoxia y así sucesivamente, a las personas siempre les es muy difícil comenzar a hacer nada en absoluto y con el movimiento con la espada en particular. Se pierden, experimentan malestar terrible, aprietan al comienzo. Por lo tanto, pierden una cantidad significativa de energía ya en el proceso de preparación y esto hace que carezcan de energía para el movimiento en sí mismo. También es característico el proceso inverso. Si el parto fue rápido, pero con estimulación, el impacto se realiza muy rápidamente, sin importar cómo envejecer hasta el final. ¿Qué significa eso? Cuando una persona se prepara para realizar un golpe, de alguna manera forma su imagen, lo carga con su disposición, su energía. Él representa la forma en que lo llevará a cabo y si este trabajo preliminar para la formación de la imagen de la encarnación del golpe no se llevó a cabo, el golpe se convierte en algo inmanejable y no conduce a menudo a los resultados deseados. Por lo tanto, para las personas con parto rápido son muy característicos estos tipos de distorsión y en la vida.

Un ejemplo. Una niña nació en el tren y su madre antes de dar a luz experimentó un miedo muy fuerte: el bebé no nacería vivo, o nacería muy gravemente dañado. El parto fue largo ya que la madre tenía miedo de dar a luz, pensó que tendrían tiempo para llegar al hospital, pero de alguna manera, no tuvieron tiempo. El proceso de parto comenzó con un sentimiento de miedo terrible y, precisamente, esta chica tiene un patrón similar al comienzo de cualquier movimiento. Antes de comenzar a hacer algo, ella experimenta un miedo totalmente espeluznante, no puede decidir por mucho tiempo y, en última instancia, lo que está sucediendo en la acción se vuelve sin preparación, por lo que no hay buena calidad, no de la manera que le gustaría.

Otro ejemplo, una chica no tenía padres, y tuvo un intento fallido de aborto. El niño sobrevivió, nació, pero le quedó una desconfianza total de parte de ella hacia

el mundo. Como resultado de este rechazo, el hombre se comportaba muy hostil hacia los demás, recibiendo una reacción hostil en respuesta. Era evidente, no había felicidad en su vida. Este fue un proceso muy difícil, intentamos modelando la situación durante el desafío terapéutico. En consecuencia, una mujer esgrimíó como su madre, luchó por su vida e hizo lo posible por ganar esta pelea. Por la intensidad energética y la implicación, el desafío fue muy poderoso; luchó con todos de manera que los contrincantes terminaron de esgrimir, otros participantes en el entrenamiento quedaron atónitos durante un minuto, las palabras no podían salir. Poco a poco comenzamos a trabajar con esa mujer sobre la confianza en el mundo, y comenzó a formarse poco a poco. El proceso ha sido duro, el trabajo aún no ha terminado, pero los cambios positivos ya se han vuelto notables. El rechazo total hacia la paz y la gente se ha ido.

Otro punto característico del parto es el dolor intenso. Para el niño que nace y para la madre, cuyo dolor se transmite inmediatamente al feto. Si, en el momento del nacimiento, el niño experimenta dolor severo o miedo a la asfixia, por ejemplo, un doble golpe, es decir, siente que, si avanza bruscamente, es probable que se asfixie. Tales patrones genéricos forman el miedo al inicio de la acción. A menudo, esto se manifiesta en el hecho de que una persona antes de comenzar a hacer algo, pierde completamente la energía, desaparece la fe en el éxito. Su sentido de apatía hacia sus actividades ha dado comienzo.

También hubo un caso similar del nacimiento de una niña, cuya madre tenía una patología grave asociada al parto: cuanto más la niña se movía hacia adelante, más dolorosa es la sensación de la madre. Este miedo en la vida se manifiesta en el hecho de que ahora tiene mucho miedo de comenzar algo, miedo de herir a otras personas. De hecho, es obvio que la acción que comienza es absolutamente normal, natural, y nadie sufrirá de esto. Es obvio para todos, excepto para ella. Ella tiene miedo de comenzar a hacer algo, porque se preocupa de que de alguna manera dañará, lesionará, lastimará a sus seres queridos.

Estas correlaciones se han vuelto tan obvias que ya no pueden ser ignoradas. Solía ser bastante escéptico sobre el concepto de Stanislav Groff y sus matrices prenatales, y hasta ahora este escepticismo no se ha ido. Pero el postulado de Groff de que el patrón de nuestro nacimiento se manifiesta de una manera u otra en las formas de vivir nuestras vidas, ahora no está sujeto a ninguna duda para mí. Nuestro problema es que nosotros (es decir, las personas a nivel de civilización) probablemente todavía no hemos encontrado suficientes formas efectivas de tratar y compensar estas lesiones primarias de nacimiento.

A nivel farmacológico, tales fenómenos negativos están cubiertos por ciertos medicamentos, principalmente efectos psicotrópicos, pero solo cambian la sensación subjetiva, por ejemplo, reducen el miedo, pero la corrección de los patrones de comportamiento no ocurre. Dichos medicamentos forman una dependencia. Es decir, la forma en que funciona la medicina moderna con lesiones en el nacimiento es farmacéutica, en mi opinión, poco efectiva, ocultando los verdaderos síntomas. Desde mi punto de vista, no se han elabo-

rado enfoques sólidos para este problema en la psicología moderna. Un poco más lejos han avanzado nuestros neuropsicólogos nacionales, que han desarrollado un conjunto de ejercicios que permiten compensar la función no desarrollada debido a una lesión genérica.

Pero en el nivel existencial de la formación de la imagen y su encarnación en la acción, por lo que era eficaz, todavía no hemos salido. Con los trabajos de Groff me refiero a una cierta parte de sepsis, porque resuelve este problema de forma metódica. Enseña a las personas una cierta mitología con la que entran en un estado trance. Esto solo puede dar algún efecto si confías completamente en la mitología. De lo contrario, no habrá sentido especial. Lamentablemente, las estadísticas de los resultados de Groff no han sido muy positivas. Si el hombre no aceptaba su mitología, no creyendo en ella, entonces la terapia no funciona, y así su patrón distorsionado y se mantiene.

En el campo de la esgrima terapéutica han recurrido a mí, personas después de varios intentos de trabajo con sus lesiones genéricas aplicando respiración holotrópica de Grof, así como con la simulación del parto en el agua. Desafortunadamente, no puedo decir que ambos métodos (con una excepción rara) hayan sido de alguna manera beneficiosa. La pregunta es ¿qué hacer con todo esto si sigue ya que el problema es muy grave? Poco a poco nosotros hemos formado una cierta metodología de trabajo con las lesiones genéricas en base a la esgrima terapéutica. Es que hemos empezado a trabajar duro con la forma en que encarnamos la acción futura. Es decir, antes de realizar cualquier acción de esgrima: al menos con ayuda del golpe más simple de arriba hacia abajo, estoy formando deliberadamente una imagen de encarnación. Es muy simple. Por ejemplo, los atletas, antes de realizar un cierto ejercicio, aprenden una especie de entrenamiento mental, entrenamiento idea-motor. Representan activamente y tratan de sentir lo que debe hacerse realidad. Algo así se hace y nosotros, al enseñar a la gente a dar forma a la imagen de la encarnación y luego encarnarlo firmemente en la vida. En las personas con lesiones, el problema es que conlleva mucho trabajo formar una imagen de encarnación. Por lo tanto, damos un paso más atrás y enseñamos a formar una imagen de preparación para la encarnación. En uno de los seminarios de Irkutsk nació el término "*preparación para la preparación*".

Cuando una persona se acostumbra a formar correctamente una imagen de la encarnación y cargarla con su energía, no se produce ningún problema con el inicio y la implementación del movimiento. Sin embargo, quisiera hacer hincapié en que no hay efecto rápido. Las lesiones de nacimiento tienen un efecto bastante potente y se basan firmemente en la estructura existencial de la personalidad. Para cambiar esta estructura existencial, nivelarla y reanimar la existencia, se requiere un trabajo secuencial del sistema de varios días. Una persona necesita formar un nuevo hábito para generar una imagen de encarnación, realizándolo sin distorsión. Sin embargo, tenemos resultados positivos. Muchas personas después de lesiones graves en el nacimiento comenzaron a darse cuenta de cómo esto afecta su vida; ganaron cierta experiencia

para formar un nuevo hábito logrando formar una imagen de la encarnación sin distorsión, plasmándolo en la vida como quieren, como debe ser, como corresponde en determinada situación.

Recuerdo a una mujer de Irkutsk. Su madre estaba en labor de parto: en medio del proceso, la actividad genérica se detuvo de repente. Durante mucho tiempo, la madre no dilató lo suficiente, por lo que el bebé casi se ahogó en el interior. Luego el parto pudo llevarse a cabo y el bebé nació. Como resultado, esta mujer, que me llamó antes de la terapia, se congelaba y no podía llevar a cabo lo planificado. Un ejemplo simple. Debería haber pensado en una tarea terapéutica para un desafío. Ella estuvo de pie y pensó en la puesta en escena de esta tarea durante veinte minutos, entonces tuvimos tiempo de pensar, permitiendo que el proceso llegue hasta el final. Todo el mundo estaba cansado de esperar y quería seguir trabajando más profundamente, pero ella no podía resolver su tarea. El patrón genérico le impidió completar la tarea. Fue en este punto donde empezamos a trabajar con ella: en la manera de la encarnación en la metodología, de la que anteriormente he hablado, en otras palabras, en el quinto módulo del curso. Recuerdo que en el primer día este tipo de dificultades salieron a flote, en el segundo casi ya no existían, mientras que en el tercer día mostró un comportamiento perfectamente saludable.

Ahora ya hemos desarrollado una metodología sólida para tratar las lesiones genéricas basadas en el ETS, y ofrece resultados positivos sostenidos, aunque requiere un enfoque sistemático prolongado (al menos 40 días) para el trabajo.

Posibilidades terapéuticas de la frase de esgrima

¿Qué es una frase de esgrima? La frase de esgrima (FE) es una secuencia de acción de esgrima definida, en la que generalmente se alternan diferentes movimientos de ataque y defensa. Puede seleccionar varias opciones para trabajar con la FE en la terapia:

Solo: cuando el espadachín entrena una cierta secuencia de acciones.

Emparejado: cuando dos espadachines trabajan en una secuencia de acciones dada por el entrenador.

Autónomo: cuando los espadachines determinan las reglas de su interacción.

Grupo: cuando esgrimen varias personas al mismo tiempo, trabajando en una secuencia de acciones determinada.

Probaré en un ejemplo detallado explicar algunos resultados del trabajo por el método de la esgrima terapéutica, y, en particular, con la técnica FE.

En agosto de 2008, mi amigo Tomsk Oleg Lukjanov y yo llevamos a cabo un seminario terapéutico de tres días en la región montañosa de Kuznetsk Alatau cerca de Mezhdurechensk. Trabajé con espadas de madera bokken y Oleg con "réplicas". La réplica es un pequeño tubo de plástico cubierto con parallón (se trata de espadas blandas que hacen de tubos de plástico envueltos con la paralona y luego con un paño. La paralona es un material de esponja suave) envuelto con cinta adhesiva en la parte superior. Trabajamos alrededor de 3 o 4 horas, trabajando yo en la primera mi-

tad del día y él en la segunda. El grupo era de 20 personas, parte de los participantes tenía educación psicológica. En mi parte del trabajo, el énfasis estaba en trabajar con el FE.

En el día primero comenzamos con la elaboración de los golpes elementales y las protecciones, en el segundo comenzaron a formar de ellos las frases más simples de esgrima. Los participantes en el seminario ya durante el estudio del FE trataron de modificarlo por sí mismos y alargarlo.

Todos los días, el seminario terminó con peleas terapéuticas gratuitas. Desde un punto de vista técnico en el primer día, los desafíos fueron muy inimaginables. Los miembros del grupo incluso expresaron su descontento por el hecho de que la esgrima de esta manera no es interesante. Al mismo tiempo, para el trabajo terapéutico, en el sentido de analizar y desarrollar estrategias básicas de interacción con el participante y tal esgrima ha dado una gran cantidad de alimentos. El aumento de la reflexión de los participantes a través de la retroalimentación grupal ya puede en esta etapa simular los cambios en las formas de comportamiento de los esgrimistas, que posteriormente pueden probar en nuevos combates de esgrima, y luego poner en práctica más allá del grupo terapéutico.

En el segundo día del seminario después de estudiar las FE elementales, la naturaleza de los combates terapéuticos cambió significativamente. Se han vuelto más inteligentes y simplemente más hermosos. En el tercer día después de trabajar con el FE largo, este aspecto aún se intensificó. También aumentó la satisfacción de los miembros del grupo con el proceso de esgrima. ¿Qué cambios en el plano psicológico ocurrieron con los participantes en el tercer día del trabajo en comparación con el primero? Los participantes tuvieron una variabilidad en las acciones, una mayor confianza en sus fuerzas y capacidades, se desarrollaron formas adecuadas de defensa y ataque (aquellos que tenían dificultades para hacerlo). Pero, tal vez, lo más importante radica en que los participantes comenzaron a pensar en sus acciones y las de los otros en unos pocos pasos hacia adelante (esto, en nuestra opinión, implica que las posibilidades terapéuticas centrales del FE están asociadas).

En la práctica, al desarrollar combinaciones de múltiples pasos, los participantes aprenden a pensar de manera prolongada y cuidadosa, controlando sus acciones, estando presente en cada momento. La capacidad de completar claramente el plan (para desarrollarlo en el tiempo y lograr su realización), de hecho, constituye una de las habilidades existenciales más importantes y necesarias para que una persona tenga una vida plena. La esgrima terapéutica permite que esta habilidad se desarrolle. Entonces, cuando pasa de frases aprendidas a espontáneas, una persona se convierte en un expresivo no solo de su intención, sino de la intención de la integridad, que se deriva de todos los factores de la situación, y, no menos importante, del estado y las acciones de la pareja. Cuando esto sucede, los participantes de esgrima experimentan la máxima satisfacción del proceso. Una consecuencia importante del trabajo con la espada a menudo es que estas habilidades se pueden transferir gradualmente de una situación terapéutica a una vida real.

Prevención de accidentes

En la organización y la realización de los desafíos terapéuticos es muy importante el mantenimiento de las cuestiones de seguridad de los participantes. La seguridad se aplica por medio de una definición clara del formato de trabajo y con las reglas de seguridad obligatorias (lo que se puede hacer y lo que no se puede hacer). Por otro lado, las herramientas con las que trabajamos pueden ser chonbary⁴ o espadas de madera, pero en ningún caso afiladas o de hierro.

Comenzamos desde el primer día, trabajando en la seguridad, aprendiendo a detener la espada en el punto correcto. El trabajo en la seguridad incluye instrucciones: los golpes (más bien táctiles) se aplican exclusivamente a los lugares blandos (músculos). En los lugares donde la espada puede entrar en contacto con los huesos no se golpea, pero sólo se denota. Se presta especial atención a la protección de los ojos, el cuello, el pecho (en las mujeres) y la zona inguinal.

Los objetivos de seguridad del flujo de trabajo también contribuyen en gran medida al desarrollo de la capacidad de estar plenamente presentes durante la esgrima. Lo más importante en este sentido, es la presencia en el punto de encuentro de las espadas. Para que la defensa sea más segura, enseñamos a parar con una parte fuerte de la hoja.

Una secuencia especial de ejercicios realizados antes de las peleas, garantiza el proceso de seguridad. Los participantes deben tener la oportunidad de "sujetar", es decir, formar lazos cabeza-espada, cabeza-participante. Lo que es necesario hacer siempre, incluso cuando se trabaja con participantes experimentados.

Sólo después de que los participantes en el proceso han desarrollado el sentido de pareja, de las armas y de la distancia se puede pasar a diferentes formas de peleas.

Conclusión

En conclusión, me gustaría decir que la esgrima terapéutica sensorial, por supuesto, no es una panacea de todos los sufrimientos. Existen preocupaciones justificadas sobre el uso de este método de terapia en trastornos psicopatológicos graves. Sin embargo, la experiencia con diferentes tipos de trastornos mentales de naturaleza neurótica y traumática sugiere una eficacia bastante alta de este método de terapia en comparación con otros centrados en gran parte en el "medio del mundo que habla".

Se puede decir que la esgrima terapéutica sensorial como un tipo especial de trabajo psicoterapéutico, tiene una gama extremadamente amplia de formas y técnicas metodológicas que permiten al terapeuta mejorar la eficiencia de su trabajo tanto en el proceso terapéutico individual como grupal. Además de las indicaciones sobre la superficie de la esgrima terapéutica, como el trabajo con la agresión y las fronteras.

La esgrima terapéutica permite trabajar de manera más amplia y profunda, incluido el análisis, expresando el lenguaje de la terapia existencial, su estado de ánimo básico y su ubicación, estructuras existenciales

tempranas, bocetos y proyectos. Sin embargo, lo más importante es el aspecto terapéutico de la esgrima en su sentido verdaderamente dasein-analítico. La esgrima terapéutica se convierte en un órgano de esgrima para el nacimiento de un mundo nuevo, más abierto, más transparente y adecuado, capaz de responder más plenamente a los desafíos.

Bibliografía

Letunovsky, V. V. Psicoterapia Existencial y corporalidad humana. Cuestiones de medicina mental y ecología. - 2002. - Tom 8. - No.3. - (C. 85-87.)

Letunovsky, V. V. Revista psicoterapeuta de Moscú. - 2002. - No.4

Lukyanov, O. Esgrima Terapéutica como praxis existencial. Tradición existencial: filosofía, psicología, psicoterapia. - Número 14. - Abril de 2009.

J. De morena. - Krasnoyarsk. Desde los orígenes de la modernidad. Fundamentos existenciales de la práctica psicológica. Universidad de Moscú: Colección de materiales de la conferencia conmemorativa: volumen 3 / OTV. Ed. Bogoyavlenskaya D. B.-M.: Kogito-Centro, 2015. - 470 C. (141-144. - 2015.)

Letunovsky, V. V. Existential Therapy in Working with the Body. Existential Analysis: Journal of the Society for Existential Analysis. - Jul. 2004. - Vol. 15. - Issue 2. - p. 307.

Letunovsky, V. V. Fencing as a method of existential therapy. Counseling Psychology and Psychotherapy. - 2009. - no. 2. - P. 191-204.

Letunovsky, V. V. Encuentro con la espada. Ensayos de esgrima terapéutica. Tradición Existencial: filosofía, psicología, psicoterapia. Edición 11, septiembre de 2007 [recurso Electrónico]. - Modo de acceso:

http://www.existradi.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=230:2009-08-07-13-53-13 no).

Letunovsky, V. V. Esgrima como método de terapia existencial. Revista psicoterapeuta de Moscú: edición especial: enfoque fenomenológico en psicología y psicoterapia. - Nº 2 (61), abril-junio de 2009).

Curriculum:

Miembro de la Unión de literatos de Rusia. Entrenador de negocios. Terapeuta existencial. Presidente de la Asociación de Especialistas de esgrima en el campo terapéutico. Autor del Best-seller *La Ciencia de ganar. Sistema de gestión por el método Suvorov*, así como también de los libros: *Dicho por Likurg. Anti Nietzsche, Ética de Presencia o reflexiones Heideggerianas, En busca del presente. Análisis existencial y terapia existencial*, entre otros.

Correo de contacto: Letunovsky@ctscool.ru

Fecha de entrega: 5/05/2019

Fecha de aceptación: 10/07/2019

⁴ Palillos de plástico cubiertos con espuma.

Sección Entrevistas

Kirk Schneider

Kirk Schneider, referente contemporáneo de la denominada escuela americana de psicología existencial, continuador y renovador de la línea de sus maestros Rollo May y James Bugental, editor del Journal of Humanistic Psychology por varios años y autor de una docena de libros especializados, impulsa la vertiente integrativa que fundó dentro de la psicoterapia existencial.

Por Gaspar Segafredo
Buenos Aires, Argentina

Aunque la tendencia de la comunidad psicoterapéutica se incline actualmente por las novedades neurocientíficas y cognitivo conductuales, o por la tradición psicoanalítica, el enfoque existencial resulta inevitable, ya que es el ser humano la base de esta disciplina clínica. De hecho, muchos terapeutas trabajan con la dimensión existencial aún sin reconocer que lo hacen. ¿Hay manera de hacer bien psicología, y más aún psicoterapia, sin sumergirse en la comprensión de la existencia humana?

En tiempos en que trastornos de ansiedad y depresión se difunden progresivamente como epidemia (como denuncia la OMS en los últimos años), cabe repasar a uno de los primeros existencialistas, Sören Kierkegaard, quien estudió a la desesperación en su tratado sobre ella, como característica intrínsecamente humana: "cuanto más crece la conciencia, más intensa es la desesperación". Esa desesperación manifestaría una expresión de la síntesis fundamentalmente humana de lo finito y lo infinito, de lo temporal y lo eterno, o, en términos más cotidianos, de libertad y necesidad. Esta misma raíz retoma hoy Kirk Schneider en su conceptualización de una psicoterapia existencial contemporánea, que en su vanguardista propuesta integrativa podría "liderar la próxima ola de la práctica clínica", según sus palabras.

En esta entrevista, realizada en el marco del Segundo Congreso Mundial de Psicoterapia Existencial (organizado en Buenos Aires en mayo de 2019, por la Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial ALPE y la Fundación CAPAC), Schneider explica su propuesta de psicoterapia existencial-integrativa. La salud y la enfermedad comprendidas dentro de un continuum expansivo-constrictivo, en el contrapunto humano de libertad y limitación, que define experiencias de creación sana y de sufrimiento psicopatológico. Los extremos del continuum llevarían a lo patológico; mientras que el equilibrio y la integración paradójica, a la existencia plena. La psicoterapia y sus intervenciones se plantean como facilitación de condiciones de liberación, en el marco de la vivencia de cada persona, en un proceso que apunta a la libertad en cuanto a capacidad percibida de elección en el marco de los límites de la propia vida.

A diferencia de otras psicoterapias existenciales, la existencial-integrativa plantea una integración asimilativa, donde las otras corrientes psicoterapéuticas también tienen un espacio, aunque bajo el núcleo existencial. En su concepción antropológica la experiencia

humana presentaría seis niveles anidados de libertad, cada vez mayor: el fisiológico, el ambiental, el cognitivo, el psicosexual, el interpersonal y el experiencial (el del ser). En base a esta conceptualización, las intervenciones y estrategias incluyen varios enfoques complementarios: los no experienciales médico, conductual y cognitivo; los semiexperienciales psicoanalítico e interpersonal; y los relativamente experienciales, existencial y transpersonal.

A partir de sus experiencias clínicas y personales, Schneider explica los alcances de esta propuesta. Asimismo, debate sobre la tecnología en psicoterapia, las formas hegemónicas de tratamiento y la importancia de la dimensión espiritual en salud mental, entre otros temas.

¿Podría empezar hablando acerca de los comienzos de su experiencia psicoterapéutica?

Tuve una exposición temprana a la psicoterapia durante mi niñez, después de que mi hermano de siete años murió por una serie de enfermedades que atacaron su corazón. Yo tenía unos tres años. Esto llevó a mi sistema familiar al caos. Fue un gran cambio, de una familia muy compuesta a rostros de expresiones muy sombrías. Yo era muy chico e impresionable, y estaba muy turbado por la situación. Una de mis primeras memorias es la de mis padres llorando en el sillón; aún la tengo presente. Tenía terrores nocturnos, recuerdo sentirme perseguido por monstruos y brujas por las noches. Era un chico con miedo a los gérmenes, un poco hipocondríaco. Le tenía miedo a la vida... miedo a lo desconocido. Es que mi mundo se había roto por completo. Los patrones familiares y rutinarios de la vida habían sido diezmados, por lo que no veía el mundo como la mayoría de los niños, protegidos por una existencia contenedora y coherente. Por otro lado, mis padres tenían muy presente a la psicología; mi padre era un docente escolar, luego fue director, y estaba muy interesado en la psicología humanista: leyó libros sobre Abraham Maslow, Carlo Rogers, Erich Fromm y Rollo May. Tanto mi padre como mi madre estaban preocupados acerca de emociones que me invadían, entre sollozos, miedos y enojos. Una vez le pegué una patada en la boca a mi madre y le rompí los dientes. Mis padres temían estar perdiéndome, en mi contacto con la realidad. Finalmente, mi madre me llevó a lo de un psicoanalista, un hombre de mediana edad, el doctor Schiff, quien fue una de las figuras más importantes en mi vida. Siento

que ayudó a salvar mi vida. No sólo físicamente, sino en cuanto a la posibilidad de realmente vivir: salir de las posiciones de miedo y bloqueos en las que me habría rigidizado. Yo tenía cinco años cuando recorrí ese proceso terapéutico: no recuerdo juegos ni palabras específicas, pero sí recuerdo su presencia, una sensación de sólido sostén; realmente estaba allí conmigo, y yo sentía que él comprendía, a pesar de la distancia etaria. Sentía que él había experimentado los altibajos de la vida. Que podía relacionarse con eso y sostenerme de ese modo.

A pesar de ser psicoanalista, pareciera haber tenido un modo existencial de estar presente con usted. No tomó la posición del analista neutral.

Eso siento. No era una figura de cartón; era consistente y arraigado, y al mismo tiempo muy humano y cuidadoso. Me ayudó a moverme de una posición de terror y parálisis, a una incipiente intriga por mi situación. Me ayudó a empezar a abrir preguntas. ¿De qué tratan estos miedos? ¿Qué es la vida? ¿Qué es la muerte? También comencé a relacionarme de otra forma con ese mundo más oscuro, en mis juegos y en programas de televisión de ciencia ficción. Esto me acercaba a la idea de que uno podría enfrentar cosas muy extrañas, sin que fueran necesariamente malas, y que estas podrían abrir a otros mundos, nuevas formas de pensar. Recuerdo un monstruo alienígena del programa "*Outer Limits*", que llegaba a un pueblo y les decía a las personas que lo apuntaban con pistolas: "Bajen las armas, vuelvan a sus casas y contemplen los misterios del universo". Fue un proceso gradual, desde el terror y la pequeñez, hacia la maravilla y ampliación de la experiencia vital.

¿De alguna forma, entonces, esta experiencia tan dura que le tocó de niño, también constituyó su perspectiva existencial de la vida?

Sí, influyó mucho. Lo que el analista me ayudó a desarrollar fue la capacidad de estar presente, ante mis conflictos y miedos, en lugar de reaccionar directamente. La segunda vez que una psicoterapia con orientación existencial ayudó a rescatarme, fue en la universidad. Estaba estudiando en Georgia, muy lejos de casa, en el *West Georgia College*, un programa de orientación humanística inspirado por Maslow e implementado por Mike Arons. Era una comunidad maravillosa, con profesores extremadamente abiertos. Uno de los cursos era potencial y desarrollo humano; que en algunos casos implicaba experiencias como caminar por los bosques alrededor del campus o tener los ojos vendados y dejarse caer en los brazos de un compañero, y reflexionar acerca de estas metáforas experienciales. Fue una gran educación filosófica y psicológica; me encantaba. Sin embargo, tenía aún cuestiones emocionales irresueltas, que provenían de la pérdida de mi hermano y del divorcio de mis padres a los diez años. Tenía veintiún años, que es una edad difícil, una edad donde en casos de vulnerabilidad puede dispararse una psicosis. Comencé a tener ataques de pánico; no alucinaba, pero tenía percepciones obsesivo-compulsivas, como el notar cada palabra que decían mis profesores. Una noche de crisis tuve una compañera que supo escucharme, y me dijo:

"También esto pasará". Esas fueron palabras muy importantes para mí en ese momento. Esa compañera me recomendó a una analista existencial, Ann Gustin, quien fue probablemente la mejor terapeuta que tuve en mi vida; me ayudó a consolidar lo que había iniciado en la niñez. La mayor enseñanza que recibí de ella fue la capacidad de estar presente. Era alguien que realmente parecía haber vivido una vida plena, que había tenido que enfrentar dificultades; tenía oscuridad, pero también expansión y voluntad de cuidado y sostén ante lo que surgiera. Trabajamos viejos asuntos que habían quedado, miedos primarios, mis padres... Después de años de trabajo terminé mi maestría y eso me encaminó claramente hacia la psicología humanista existencial. En esa misma época trabajé en el asilo psiquiátrico local, que disparó mis miedos respecto a mi propia locura; tras esta experiencia me volví muy respetuoso del subconsciente, acerca de sus poderes. Conocer la delicadeza de la psique me ayudó a no tomar nada por sentado. Tampoco tomo por sentado las fuerzas y recursos que las personas podemos movilizar, con el apoyo adecuado.

¿Cómo cree que todas estas experiencias personales de las que está hablando tienen un lugar en su actual trabajo psicoterapéutico con otras personas?

Pienso que me ayudaron a experimentar muchos de los extremos de la condición humana. Me dio insights respecto a lo que señalaron los grandes filósofos existenciales, como Kierkegaard y Nietzsche, acerca del trabajo con los extremos de nuestras vidas. Kierkegaard, quien mostró cómo podemos sumergirnos en la pequeñez de nuestras vidas, así como en lo vasto de ellas. Observó que estamos en esa paradoja: somos comida para gusanos y ángeles en potencia. Kierkegaard me conmovió particularmente, en su visión filosófica acerca de los aspectos de finitud e infinitud de la desesperación, y su tesis de lo finito y lo infinito, en su libro "*La enfermedad mortal*". Yo intenté transformarla en un modelo clínico, a través de mi primer libro "*El sí mismo paradójico*", para el que Rollo May, mi mentor en aquel momento, escribió el prefacio. Allí, Rollo notó que la paradoja de la que había escrito tenía una larga tradición en filosofía, Kierkegaard, Nietzsche, y también Paul Tillich, quien fue su propio mentor. La importancia de encarar las paradojas de nuestras vidas, y que resulta problemático cuando cortamos un lado o el otro de estas paradojas, como cuando dejamos de lado nuestro lado vulnerable, frágil y pequeño y nos quedamos con la grandiosidad, o cuando bloqueamos nuestro aspecto creativo y trascendente y nos volvemos inertes y constreñidos.

¿Esa sería entonces la síntesis de su concepto de sí mismo paradójico?

Sí, en la capacidad de enfrentar e integrar lo que llamo las polaridades de constricción y expansión de la experiencia humana. Estos términos han sido mi manera de reformular, desde una mayor cercanía vivencial y desde un lenguaje fenomenológico, las nociones de Kierkegaard acerca de lo finito y lo infinito. La constricción como una experiencia de retroceso y confinamiento de pensamientos, sentimientos y sensaciones,

y la expansión experimentada como un rebosamiento y una expansión de pensamientos, sentimientos y sensaciones; y en la tensión dinámica entre las dos, ocurre la encarnación de nuestra vitalidad.

¿Qué relación tiene esta dinámica con la que implica libertad y limitación?

Son capacidades que emergen de nuestra libertad y nuestras limitaciones. Somos libres de ser constrictivos, por ejemplo, así como hay limitaciones respecto a nuestra capacidad para expandirnos. Consideremos la creatividad: requiere expansión, pero para ser productivos necesitamos la capacidad para delimitar y disciplinarnos a nosotros mismos, de articular una expresión. Esta es una de las razones por las que propongo que hallar e integrar las paradojas de nuestras vidas enriquece nuestra vitalidad. Lo que vemos en la psicoterapia es que muchas veces las personas carecen de esa vitalidad. Tienden a adherir a lo que defino como “hiperconstricción”, que puede ser observada en condiciones como depresión, ansiedad, fenómenos obsesivo-compulsivos y abuso de sustancias que sedan o restringen; o a la “hiperexpansión”, en condiciones como la manía, la sociopatía, el narcisismo y el abuso de sustancias que levantan y aceleran. El desafío es el de ayudar a las personas a enfrentar e integrar el aspecto que niegan de sí mismas, que suele ser lo expansivo en los casos de hiperconstricción, o lo constrictivo en los casos de hiperexpansión. Esta dificultad en la persona puede ser causada por la intensidad del trauma o del miedo, y la incapacidad de permanecer presente ante aspectos de la totalidad que uno es. Por ejemplo, alguien que sólo ha vivido a través de la reactividad y el terror a ser pequeño y confinado, incluso a ser borrado, puede tomar la dirección opuesta de la grandiosidad y el narcisismo. Por otra parte, hay personas que diseñan sus vidas enteras en evadir tomar riesgos y explorar posibilidades, por miedo a una caótica desestructuración de su personalidad.

¿Respecto al tema de la integración en psicoterapia, podría explicar la importancia de que el enfoque existencial se vuelva integrativo?

Para empezar, podría decir que hubo un número especial del *Journal of Psychotherapy Integration* acerca de integración en psicoterapia desde los enfoques humanista y existencial, en diciembre de 2016. Escribí un artículo para ese número. Lo que quiero decir es que esta perspectiva es cada vez más aceptada, aunque sigue siendo una batalla. Respecto al desarrollo del enfoque Existencial-Integrativo (EI), mis colegas y yo nos dimos cuenta de que gran parte de nuestro trabajo no responde exactamente a la clásica psicoterapia de exploración profunda, asociada a la terapia existencial. En mi caso, por ejemplo, trabajé en hospitales públicos, clínicas de emergencia psiquiátrica, centros de adicción, etc. Por lo que estuve inmerso en enfoques más tradicionales, y descubrí su utilidad, en determinadas circunstancias y con ciertas personas. Por lo que comencé a sentirme algo desencantado, incluso con mi gran amigo y mentor, Rollo May, quien tenía una perspectiva bastante rígida, al no admitir otros modos de terapia que no fueran terapia de ex-

ploración profunda. Sin embargo, en “Existencia”, publicado en 1958, dice que la psicoterapia existencial desde el inicio no intenta ser una corriente contrapuesta a otras, sino que busca analizar y comprender la dimensión del ser, que teóricamente implica a todas las escuelas de psicoterapia; por lo que estaba filosóficamente abierto a ello. Pero el desarrollo clínico de Rollo May y de mi otro mentor, James Bugental, estuvo muy circunscrito a la orientación de exploración profunda. Fue una fundación y un trabajo maravillosos, aunque no estaban tan abiertos como algunos de nosotros en términos de la diversidad de personas y lugares con los que trabajábamos. Nuestros mentores tendieron a trabajar con una población más homogénea en sus consultorios privados, tal vez confinando en cierto sentido sus perspectivas. También es cierto que han tenido que luchar más para que el enfoque existencial tuviera un lugar en medio de los paradigmas dominantes de la época, que eran el conductismo y el psicoanálisis, y para consolidar la nueva identidad.

En esta idea de separar y aislar una psicoterapia existencial de inmersión profunda de la psicoterapia conductual, por ejemplificar con el otro extremo, se hace presente el problema del que usted hablaba anteriormente acerca de la integración de los polos y lo paradójico de la existencia. ¿Tendría sentido pensar que la persona necesita diversidad de técnicas y enfoques en diferentes momentos y ante diversos problemas?

Sí. Puede haber un enfoque más holístico, que se acerque a la persona en su contexto, y que no extrapole a la persona donde Heidegger o un manual de trastornos te ha enseñado. Al mismo tiempo que he descubierto la riqueza de reconocer e integrar modos terapéuticos más convencionales, también siento que es fundamental que las terapias hegemónicas se abran a lo que muchos de nosotros consideramos como un contexto más amplio de la terapia, que implica nuestra relación con la existencia, no sólo nuestra relación con la fisiología, con nuestros padres, o nuestro sistema familiar, o nuestro sistema cultural, o incluso el otro. Es la enchilada completa que vale la pena: nuestra absurda y enigmática condición como seres humanos ante la desenraizada existencia. Es un aspecto crítico en la mayoría de los conflictos que enfrenta la persona. Por lo que también quise encontrar la manera de asistir a terapeutas de otras corrientes a comprender este valor. Por lo tanto, mi perspectiva es que los enfoques terapéuticos más difundidos pueden tener muy buenos medios, pero en general tienen serias carencias respecto a los fines. Esto es algo que a mucha gente le cuesta ver, por ejemplo respecto de la terapia cognitivo conductual, y cuando es vista como un fin en sí misma. Resulta particularmente problemático para personas con deseo y capacidad para cambios experienciales profundos en su vida. Aquel es un criterio que usamos: comprender cuál es el deseo y la capacidad que la persona tiene para cambios profundos. Habrá personas que sí los tengan, otras que no, y poder considerarlo es parte del trabajo integrativo.

¿En el caso de que la persona no tenga ni el deseo ni la capacidad para ese cambio profundo, de qué modo sigue siendo importante el enfoque existencial?

Porque muchas personas no son siquiera conscientes de las profundas implicaciones existenciales de sus problemas. Tal vez creen que sólo desean aprender a actuar de una forma civilizada con las personas, con sus jefes o con su pareja, o sólo vencer un miedo a las alturas que les impide viajar y los avergüenza. Sin embargo, a veces, no siempre, cuando nos sumergimos en el problema, se comprende cómo aquellos síntomas superficiales se relacionan con conflictivas más profundas. Aquellos conflictos pueden implicar por ejemplo más que un miedo a la altura, una sensación de desestructuración y desenraizamiento de la existencia, tal vez basado en alguna pérdida importante, enfermedad, que ha podido llevar a que la persona sienta que el suelo y la base han desaparecido de su vida. Tengo el ejemplo de una paciente que tenía problemas respecto a ponerse firme con su jefe y con sus hijos; luego de que enfrentamos eso, en un nivel más bien conductual, ella desarrolló tanto el deseo como la capacidad para trabajar con un tema más profundo que estaba emergiendo a través de los puntos que estábamos explorando. Tenía que ver con su deseo de mayor libertad en su vida. El problema por lo tanto no sólo implicaba cierto patrón en la comunicación con su jefe y sus hijos, sino que estaba vinculado con ser libre. En efecto, ella se identificaba con la cultura nativa americana. Ella era una mujer en un contexto urbano. ¿De dónde había sacado esa identificación? Esta era muy fuerte, y ella aseguraba que nunca había surgido con otras personas. Creo que con ella pudimos preparar el sostén o la disponibilidad a un cambio experiencial profundo a través de la terapia. De esto se trata el enfoque existencial integrativo: el arte de posibilitar cambio experiencial profundo, de forma amorosa. Si esto no está presente, se cae en la medicalización de la situación, donde hay un doctor y un paciente, y el doctor tiene su valijita negra con la que dará al paciente una fórmula que lo cambiará. Resulta atractivo para muchos pacientes, porque aparente un arreglo breve, una respuesta rápida. Esto forma parte de la preocupación de la psicología existencial respecto a los enfoques programáticos, más bien cognitivo conductuales, que suelen apuntar a mover a la persona hacia algo, digamos más "racional", cuando eso puede no ser algo importante para la persona en ese momento, o puede ser simplemente un cambio a corto plazo. La idea de ser cambiado desde afuera puede ser muy atractiva frente a la propuesta de luchar profundamente dentro de uno mismo con el propio deseo de cambiar.

Respecto del foco en el estar presente, ¿cómo se trabaja? Porque en este aspecto pareciera haber cercanía con la tercera ola de la psicoterapia cognitivo conductual.

Se ayuda al paciente a cultivar la presencia, respecto a lo que está ocurriendo aquí y ahora, especialmente en el cuerpo. Ayudamos a explorar experiencias de los propios conflictos, y a notar, por ejemplo el modo en que la voz pudo suavizarse en un determinado mo-

mento, o el entumecimiento de los ojos; también en concentrarse en las emociones y las sensaciones que se sienten. ¿Qué más surge si experimentás, por ejemplo, ese nudo en el pecho? Son como puertas para que la persona pueda experimentar el problema, transitarlo, no sólo hablar acerca de él, para poder luego tomar decisiones basadas en la experiencia directa y cruda de aquello que enfrentan. Con respecto a la cercanía con terapias cognitivo conductuales de la denominada tercera ola, por ejemplo, Steven Hayes, fundador de ACT, ha sido muy receptivo, y un buen compañero de diálogos. Me ha invitado a una de sus conferencias conductuales, y yo lo invité a escribir un artículo acerca de la renovación del humanismo en psicoterapia, que se publicó en una de nuestra revistas de referencia, *Psychotherapy*. También contribuyó al libro "Psicoterapia Existencial-Integrativa", donde aclaró cómo ACT tiene una raíz en el enfoque humanista existencial. Hay puntos en común y cruces, pero hay ciertas diferencias. Steven pareciera estar más identificado con la tradición de investigación empírica, y con una comprensión tecnológica de la terapia, que la perspectiva humanista existencial y existencial integrativa, donde somos más escépticos respecto a esas modalidades. Nosotros intentamos trabajar de forma más orgánica; no estamos tan pendientes de protocolos, donde tenés que seguir una serie de pasos porque determinada investigación lo dice. Entiendo que hay buenas razones para estar vinculados a esa tradición de investigación científica, pero también se corre el riesgo de alejar al terapeuta de la persona específica que respira frente a vos.

La tendencia científico investigativa busca una sistematización de la psicoterapia, y una creación de ejes universales, que en algunos casos pueden entrar en conflicto con lo subjetivo.

Sí. Pero tomemos mindfulness, por ejemplo, que nosotros llamamos presencia. Más que una herramienta, la consideramos un modo de ser. No es que no la vemos como una herramienta, puede ser utilizada como tal. Pero no es algo que deba necesariamente utilizarse en tales y cuales circunstancias. El protocolo diría que en determinadas circunstancias se usen ciertas técnicas en cierto tipo de población, pero tu cliente y ese preciso momento puede no reflejar a esa población abstracta investigada. En psicoterapia existencial integrativa podremos utilizar mindfulness, si es relevante al momento presente, al contexto que se construye en el encuentro entre el cliente y vos, y en la intrasubjetividad del cliente mismo.

La psicoterapia existencial suele ser criticada por el paradigma actual de demostración empírica, a raíz de la poca investigación científica que la sustenta, ¿pero cree que la investigación cuantitativa pueda medir la dimensión existencial de la terapia?

Hubo terapeutas existenciales, incluso Carl Rogers, que intentaron cuantificar estos asuntos. Estas cuantificaciones pueden captar ciertas dimensiones importantes, como la transformación y la experiencia de la persona en el proceso terapéutico. Sin embargo, no creo que sean capaces de capturar aquello que, vol-

viendo a Heidegger, no puede ser calculado, o puesto en unidades. ¿Cómo se hace para encajar en un número a alguien que tiene un renovado sentido de la vida, una mayor capacidad de amar, de sentirse apasionado acerca de lo que hace o de con quien se vincula? Podría haber una escala Likert, podrías decir que es un 10. ¿Pero eso nos habla acerca de la agnía del artista y su trabajo, la sangre, el sudor y las lágrimas que experimenta? Y en cuanto a la transformación, ¿podemos ver en una categorización el contexto de esa nueva forma de ser? Este es el problema, todo lo que queda fuera. Es un problema similar al que presenta la psicología positiva, su unidimensionalidad respecto a las paradojas de la existencia humana.

¿Se refiere a que la psicología positiva deja de lado lo sombrío de la existencia?

Olvida la dimensión trágica de la vida: pérdida, miedo, dolor, ansiedad... son las llaves para una vida plena. Poder desarrollar la capacidad de experimentar los matices del ser, lo bueno y lo malo, son todas dimensiones integrales de la experiencia total de la propia vida.

En un principio, la psicología existencial confrontó psicoanálisis y conductismo, al afirmar que sólo enfocaban aspectos enfermos y limitantes del ser humano, y que era necesario integrar y atender también a la potencialidad y la capacidad de desarrollo. Con el paso del tiempo pareciera que la psicología humanista existencial ha sido utilizada por distintas perspectivas que hicieron lo mismo que el psicoanálisis, pero al contrario, como en el caso del coaching, o de versiones cercanas al New Age, o como decía usted recién, ciertas vertientes de la psicología positiva...

Creo que es un problema dentro de la psicología y la cultura en general a lo largo de la historia. Tendemos a buscar respuestas unidimensionales. Pasamos de estar inmersos en las penumbras y la perdición, como en el caso de la inicial comunidad psicoanalítica y de Freud mismo; a vertientes de la psicología americana de puro optimismo y mensajes del tipo de "cambia tu forma de pensar y cambia tu vida en un par de sesiones", o "por qué molestarse con experimentar el dolor, no lo necesitas, elige actitudes positivas e ignora el resto". Es nuestro problema una y otra vez. La psicoterapia existencial-integrativa intenta unir los dos polos. Toma lo mejor de la tradición existencial europea, en términos de lo trágico y conflictivo de la existencia, integrada con lo mejor de la tradición humanista, acerca del potencial humano de transformar esa conflictiva. Estos polos juntos llevan a una vida más plena. Recuerdo a Rollo May citando a su mentor Paul Tillich respecto a su credo vital. Decía que estaba aquí para dar fé a quienes dudan, y para generar duda en los creyentes. Rollo May siempre estaba presente para cuestionar cualquier simplificación y visión undimensional.

¿Qué piensa acerca del uso de la tecnología en psicoterapia, como las sesiones online o el uso de la realidad virtual?

Ante todo, es fundamental comprender cómo esa tecnología afecta a una persona en particular, en su contexto específico. Podría ser muy útil, por ejemplo para alguien que vive aislado en una zona rural. No creo que sea ideal, pero puede ser de gran ayuda. No me parece ideal porque trae la pregunta acerca de qué es real y auténtico, y acerca de si la tecnología o el mapa pueden duplicar el territorio de la experiencia. No creo que lo haga.

¿Cómo afecta a la identidad y al sí mismo, la inevitable expansión de la tecnología en tantos ámbitos de la vida?

Si internalizamos el modelo de la máquina como forma de vida, estamos internalizando una especie de modelo eficiente para vivir, donde todo está calculado. Una visión que probablemente evita la espontaneidad y, aunque no lo parezca, enfatiza el control. Hay un concepto, que es el de riesgo sin riesgo, cuyo autor no recuerdo. Pero el asunto es que tenemos un sistema socioeconómico que convierte experiencias radicales y crudas en producto, en commodities. Un ejemplo son los locales de ropa que pretenden un motivo urbano y tienen ventanas rotas y ropas que imitan artificialmente las formas de vestir de quienes viven en barrios marginales, con formas crudas y apasionadas de vivir... ¡pero es un local de ropa! Hay una tendencia a disneyficar, como Disneylandia, nuestros centros urbanos, volverlos parques temáticos, volverlos espectáculo, extremadamente bajo control de intereses muy poderosos.

Esto se vincula con la particular atención de la psicoterapia existencial a la carencia de autenticidad...

Sí, plantea la pregunta acerca de qué es real. Y acerca de si nos estamos perdiendo algo al vivir vicariamente a través del aparato, o la droga, o la imagen mediática. ¿Cuál es el precio de todo esto? ¿Atravesar una selva caminando, con sus olores, sus sonidos, sus sabores, el sudor, las sensaciones, el contacto con otras criaturas, es lo mismo que la posibilidad de echar una mirada de 360 grados en un aparato de realidad virtual que duplica a la selva? Según la neurociencia en ambos escenarios ocurrirían las mismas actividades en nuestro cerebro; personalmente cuestionaría fuertemente la idea de que sean la misma experiencia. Otro ejemplo podría ser el de la realidad automatizada, donde uno podría convertirse instantáneamente en cualquier cosa. ¿Qué tan dignificante sería convertirse en músico o psicólogo en un instante, basado únicamente en el mapeo de protocolos? Algunos estudios aseguran que no podemos diferenciar entre música clásica tocada por una orquesta automatizada y esa misma música tocada por una orquesta real.

Sin embargo, es muy distinto, por ejemplo, oír y observar a una chelista tocar, que escuchar la reproducción de esa música. Se ve la conexión de la persona con la música, el movimiento, el ser que resuena...

La vida está presente, la lucha por la que pasó está encarnada en ese momento, en esa capacidad, en

esa música... el chelista, que es justo a lo que se dedica mi mujer, es un buen ejemplo.

¿Cómo se interpreta desde la perspectiva existencial, la actual crisis mundial ecológica y del sistema socioeconómico, el riesgo de la extinción y la posibilidad de transformación humana?

Es una buena pregunta. En este sentido, estuve promocionando el diálogo experiencial, y me he asociado con un grupo, *Better Angels*, donde creemos que diálogos presenciales, de persona a persona, son fundamentales para ayudar a estar más presentes como miembros de nuestra comunidad y sociedad. La intención es que esta cultivación de la presencia ayude a comprender la complejidad de nuestras vidas, ayude a reconocer lo sagrado de nuestras vidas, y la capacidad de estar más abiertos al descubrimiento y la exploración. Esto implica el deseo de preservar esa vida; esto incluye a nuestros hijos, nuestro sistema educativo, nuestros lugares de trabajo, nuestros enfoques espirituales, también nuestras estructuras de gobierno. Con la difusión de una mayor presencia podríamos tener una sociedad más sana, y esto se manifestaría también en nuestra relación con el ambiente.

¿Puede relatar también su propuesta de facilitar encuentros dialógico presenciales entre legisladores de distintas corrientes?

Es algo que estoy intentando hacer. Es lo que llamo democracia experiencial. Busco generar encuentros entre legisladores, quienes toman grandes decisiones sobre nuestras vidas, para facilitar que puedan realmente escucharse. Ante todo, estarían sentados frente a frente, para evitar la retórica y la influencia del lobby y los dogmas. Mi esperanza es que las personas puedan ver la humanidad que hay en el otro, más allá de las imágenes mediáticas y los estereotipos. La intención es aprender del otro, con perspectiva fenomenológica, para comprender y aprender del otro, evitar que se continúen los ciclos de polarización. A partir de allí, buscar puntos en común que puedan llevar a nuevos pensamientos acerca del otro o acciones. Es una propuesta a largo plazo que no puede ser implementada para urgencias.

El problema es que muchos gobiernos actuales, están en los extremos: como en el caso de Estados Unidos, Brasil, Italia, o Venezuela.

Es un problema. Porque esos movimientos representan la mente polarizada, y dificultan el acceder al encuentro. La mente paradójica, en cambio, implicaría comprender al otro, estar presente con el otro, que implica estar más presente con el otro en uno mismo. Allí comienza todo: nuestros conflictos internos, y aquello que nos atemoriza dentro de nosotros mismos, que suele ser proyectado en el otro. En cambio, lo que

se buscaría es la capacidad de coexistir con las paradojas de la vida.

¿Desde la perspectiva existencial, qué hay detrás del incremento de la depresión y la ansiedad que denuncia la OMS en sus informes de los últimos años?

Tiene que ver con la falta de sentido, de un sentido profundo, una falta de espiritualidad y de apertura a una capacidad de asombro hacia la vida, hacia el misterio y el regalo que es la vida. Con esto también relaciono el incremento de los problemas de adicción y de aislamiento. Hemos sido tan compartimentados a través de un embudo en nuestras mecánicas rutinas diarias. Reducimos el mundo a una pantalla de cuatro pulgadas. Olvidamos de que el espectáculo principal ocurre fuera de la pantalla. El contexto socioeconómico también es parte del problema: de ahí la predominancia de terapias protocolizadas y breves, basadas exclusivamente en el condicionamiento, que se le hace a la persona, en lugar de ayudar a la persona a luchar y desarrollar agencia para poder tomar decisiones acerca de cómo quiere vivir realmente. Al mismo tiempo creo que hay muchas personas con hambre de comprometerse con una visión más amplia de la vida, con nuevas formas de espiritualidad.

¿Cómo entiende esa espiritualidad?

A través de mi noción de agnosticismo con capacidad de asombro, tengo la intención de que nos tomemos muy seriamente al misterio. Implica un foco en la experiencia encarnada de la vida, en el misterio de existir. Sería una capacidad de asombro y una forma de ser. Si enfatizamos la religión, con una perspectiva dogmática y fundamentalista, nos perderemos la importancia de la libertad del ser humano. Y si enfatizamos por demás una visión demasiado extremista acerca de la inexistencia de Dios, que muchas veces implica una carencia total de espiritualidad, creo que nos perdemos de la posibilidad de que exista un supraser. Desde mi punto de vista, ambos casos significarían una pérdida de una parte de la fenomenología de la experiencia vital. En síntesis, apunto a lo que Albert Einstein denominaba religiosidad, que no es religión. Tiene que ver con la habilidad de experimentar el asombro en cada momento, el asombro de su paso, de su riqueza, de su raíz histórica, de su conexión, y la nuestra, con algo cósmico mayor. La realización de que la tierra está girando alrededor del sol a 67 mil millas por hora, anidada en una galaxia que viaja por el universo a 1.2 millones de millas por hora hacia una destinación desconocida, y desde un origen desconocido. Son cuestiones de las que en general no somos conscientes, pero son reales según lo que sabemos hasta el momento, y cada uno de nosotros participa en ellas durante toda la vida.

Sección Comentario de libro

Comentario de libro

Segunda parte

Psicología existencialista de grupos en mediación grupal

Autora: Sylvania Pires de Freitas
Prof. Emilio Romero
Joinville, Brasil

La primera parte fue publicada en el número 18 de nuestra revista.

3) "Ser y la Nada" (SN) sienta las bases de su concepción del ser humano. En la última parte de esta obra dibuja las directrices de un psicoanálisis existencial fundado en presupuestos ontológicos. Aunque Sartre habla de psicoanálisis su concepción es completamente diferente de la expuesta por Freud. En primer lugar, Sartre rechaza el concepto freudiano del inconsciente y no considera la sexualidad como datos primarios; y mucho menos aún toma en serio la idea freudiana de la universalidad del complejo de Edipo. En este psicoanálisis el lenguaje es bien otro. En primer lugar hay que fundamentarse en una previa elucidación del ser de la existencia humana. Es lo que hace en "El Ser y la Nada" -un libro denso, muy sistemático y elemento clave para un entendimiento seguro de la filosofía y de la psicología fenomenológica-existencial de su autor.

En las páginas siguientes intentaré una exposición de algunos temas que nos permitan entender las tesis básicas de este pensador. Es una exposición muy esquemática, pero que facilita un primer contacto con el texto.

4) No quedan por aquí sus contribuciones; también nos ofrece una aplicación de cómo opera la comprensión propuesta por él en el estudio de las personas. Con tal objetivo Sartre escribió sobre la obra y vida de tres grandes escritores franceses:

- Un estudio sobre el poeta Baudelaire, cuyo libro "Las flores del mal" (1860) provocó un fuerte escándalo en su época por el modo de abordar la cuestión del mal.

- Un largo estudio sobre el escritor maldito de las letras: Jean Genet (1952). (*)

- Un monumental estudio sobre el escritor Gustavo Flaubert, "El Idiota de la familia" (1971), famoso por su novela "Madame Bovary".

Considero estos tres estudios el mejor aporte del filósofo a la psicología y vale como una aplicación de su llamado psicoanálisis existencial, esbozado en SN. Para el psicólogo que no esté dispuesto a dispensar

mucha dedicación a la lectura de la biografía de estos personajes, lo más breve es Baudelaire, que ilustra muy bien el estilo de análisis de su autor.

5) Sin embargo, fue su obra filosófica lo que le otorgó un sitio de honor en la filosofía contemporánea. En su primer gran tratado *El ser y la nada* (1943) ofrece los fundamentos de una ontología fenomenológica. La ontología entendida como el estudio del ser había sido retomada por Heidegger algunos años antes en su libro *Ser y Tiempo* (1927), y estaba inaugurando un asunto ya iniciado por los primeros pensadores griegos (siglo VI aC), dejada un tanto de lado durante los siglos siguientes hasta que el filósofo alemán retoma la cuestión del ser de la existencia. Lo que interesó a los griegos fue el ser último de lo que llamamos realidad. Lo que interesa a Heidegger y Sartre es el ser constitutivo del ente humano: su existencia. Heidegger lo aborda a su manera, destacando las relaciones entre el ser y el tiempo. Sartre aborda la existencia como la perpetua oscilación entre el ser y la nada, de cuya dialéctica se configura la realidad humana.

6) El segundo gran tratado aborda la cuestión de la "*La crítica de la razón dialéctica*" (1960). Se trata de examinar el movimiento de la historia considerando la interacción de los grupos y de las clases sociales; para tanto Sartre aplica los dos métodos que entiende como más pertinente para exponer las transformaciones sociales, sus conflictos y su entendimiento siempre provisionales: el método comprensivo y el dialéctico.

Esta obra marca un giro en el pensamiento del filósofo. Ya no trata de comprender al individuo en sus dimensiones existenciales; se trata de entender cómo los grupos operan en su lucha por conquistar un lugar en el movimiento de la historia tal como se muestra a lo largo de estos siglos, especialmente a partir de la Revolución francesa. Es verdad que Sartre siempre se colocó al lado de la clase asalariada, considerando el sistema capitalista en su doble aspecto; primero como un paso importante en la lucha de los hombres en pro de mayor libertad y justicia, pero también consideran-

do este sistema como una nueva forma de explotación de los dueños del poder económico, la burguesía, sobre los asalariados, la clase cuya única riqueza es su fuerza de trabajo. Se nota en esta obra la influencia de Marx, que es el mayor exponente de las ideas socialistas y de una visión fundamentada en los procesos productivos y en la composición de las clases sociales en la marcha de la historia.

Con este libro Sartre da un cambio muy importante, que implica una superación de algunas tesis propuestas en SN; Nicola Abagnano resume esta virada y recomienda al lector una lectura de su texto. La idea de que el hombre se compromete con un proyecto fundamental que orienta y justifica su acción muestra algunas restricciones; en esta primera idea de proyecto incluido en la en el SN adquiere otras características en la CRD; en esta libro se enfoca de toda su complejidad las cuestión fundamentales del ser social y de la importancia del grupo para su constitución. Trata-se de esclarecer lo que sea un grupo y como operan en su diversidad; hay otros factores que se elucidan para llegar a comprender como operan.

Es preciso el examen de otros conceptos si queremos saber cómo se articulan y organizan los grupos humanos y la participación, fusión, dispersión y alienación del individuo en la acción y la propuesta grupal.

Esta es la tarea más trabajosa que enfrenta nuestra autora en su denso libro sobre este capítulo de la teoría elaborada por el pensador francés. Sabemos que una lectura atenta del libro sartreano exige muchísimo del lector; la autora no solo hace una exposición aclaratorio del texto, también lo relaciona con hechos recientes de la historia brasileña.

Como mi propuesta es dar un breve esquema al tema de los grupos orientándome sobre todo por los expuesto por la colega Sylvia de Freitas; haré un esquema que permita al lector iniciante una primera entrada a un tema complejo y muy bien pensado y argumentado por Sartre.

En la concepción sartreana hay cinco momento o procesos en la formación de un grupo. Antes que un grupo se constituya los individuos son simples entes que viven en la *serialidad*, son simples figuras de una serie, no importa si tienen registro oficial de identidad o son empleados en fábrica de montaje de vehículos; inclusive lo más común es que las personas como asalariados de una empresa sean simples números de una serie según sea su especialidad o cargo. Una Facultad de enseñanza universitaria puede mantener a sus profesores como meros sujetos de una responsabilidad específica; el dueño de la Facultad verá con malos ojos cualquier intento de estos profesores formen una asociación que unifique su poder de pleitear mejores salarios o de imponer una disciplina más exigentes a los alumnos, lo que provocaría la deserción de un porcentaje de los matriculados. En la época de la dictadura en Brasil (y otros países bajo dictaduras) este era la figura más común. Los profesores, como los otros empleados, se relacionan de manera funcional, conscientes que son observados y que si intentan organizarse no faltará el espion que denunciará un posible conato de oposición al régimen impuesto. Tal vez la mayoría prefiera mantener relaciones de exte-

rrioridad, de cortesía de sala de visitas. Fue lo que yo mismo viví en una de estos países.

Sin embargo, debido al aumento de los abusos de la rectoría y al aflojamiento de la dictadura se produce la iniciativa de algunos colegas que se reúnen para formar un grupo de defensa de los intereses mínimos para el gremio de los profesores. El carácter dispersivo de las personas es vencido por la urgente tarea de mejorar las condiciones materiales: mejores salarios, menor vigilancia policial disfrazada, mayores exigencias académicas. Se registran resistencias y desconfianza de algunos profesores, otros permanecen al margen temiendo una reacción punitiva del dueño de la Facultad (o de cualquier empresa). Entre los mismos miembros que aceptaron integrar el grupo hay algunos recelos, mas ya se ha producido una *fusión, la consciencia de algunas tareas en común para conseguir lo propuesto. Es primer paso en la formación del grupo.*

De manera declarada o implícita existe entre los miembros del grupo una especie de *juramento*: la declaración expresa o implícita que el grupo tiene un compromiso en común; no significa que este juramento elimine las dudas y la desconfianza entre los participantes del grupo. Cada miembro se identifica en algún grado con el grupo como un todo, mas también siente que hay otros miembros que le inspiran confianza y otros no; se produce entonces una primera mediación en el grupo. Para Sartre el juramento atenuar en parte la violencia y el terror que tiende a imperar entre los humanos. De diversas maneras los miembros del grupo internaliza su pertenencia as propuestas del grupo, incluso si su actuación sea pasiva., como de hecho acontece con muchos. Fue el caso de los miembros del PC soviético que llego a tener 28 millones de miembros con cartera, pero sucedió que después de la caída del régimen solo restaron tres millones. Un grupo jamás mantiene una cohesión definitiva, ni opera sin disidencias y disputas internas. Preciso recordar la historia de Jesús e de sus doce apóstoles?

Hay un cuarto periodo; es la necesidad que el grupo se *organice* para llevar enfrente su propuesta cualquiera que esta sea. Se establece una distribución de responsabilidades y tareas; se imponen sanciones y castigos a los que no cumplen con lo que les compete. Los jefes y directores pueden ser escogidos por votación y se impone su autoridad según una mayoría relativa. Desde una empresa hasta una secta religiosa pasando por un partido político esta organización es indispensable; más aún: en el propio círculo familiar se impone alguna organización variable.

Sartre examina otros aspectos inherentes a la organización: es preciso algunos controles de los miembros, una vigilancia y reglas que deben ser acatadas por los miembros. Esto opera en todo grupo organizado, pero especialmente en grupos cuyos propósitos implican poder y actividades reñidas con las costumbres y las normas legales y normativas. Los partidos revolucionarios o los grupos religiosos ortodoxos imponen estas reglas con sanciones severas para quienes no las acatan. Este aspecto de los grupos lo denomina Sartre como *fraternidad-terror*. Recuérdese la mafia

italiana o los partidos nazista y extremistas, o el control sobre los miembros de las fuerzas armadas.

La institucionalización. El sexto momento adquiere un rango de especial reconocimiento por parte de otros poderes y la declaración oficial de los propósitos del grupo de acuerdo con las leyes y las buenas costumbres predominantes en el país. Eso es por el lado formal. También la delincuencia puede adquirir la categoría de institución al ser reconocida como una fuerza organizada con una amplia acción en determinados sectores de la economía. Yo diría que lo más propio de una institución es su derecho a colonizar algún territorio del ámbito social que ella juzga de su entera competencia. A veces esta pretensión entra en conflicto con otra institución; fue lo que ocurrió por algunas décadas entre la psicología y la psiquiatría; Los psiquiatras alegaban que los únicos con derecho a clínicar eran ellos, pues hasta la palabra *clínica* deriva del griego *clinos*, que significa cama, atendimiento que el médico hace con sus pacientes.

Es recomendable el capítulo 6 del libro de la colega Sylvia de Freitas que aborda la praxis y los procesos grupales: confrontaciones y mediaciones.

En este breve texto me he permitido una rápida excursión en las obras de uno de los mayores pensadores del siglo XX, orientado en diversos momentos por la lectura del libro de la profesora Sylvia; espero que otros colegas intenten este agradable desafío.

Notas:

(*)Alguns psicólogas brasileiras fizeram comentários sobre o psicoanálisis existencial baseados nos escritos de Sartre; vea-se:

a) Daniela R. Schneider faz um comentário pertinente sobre "Ou método biográfico em Sartre: seu estudo sobre Jean Genet" (em Estudos e Pesquisas em psicologia UERRJ, ano 8, No. 2, 2008).

b)Carolina M. Campos & Fernanda Alt: Situações sartreana: A trajetória de Lucien Fleurir como um esboço de psicanálise existencial.

c)Eloísa Nogueira Aguiar: Sain Genet: desconstruindo a categoria de ladrão pelo viés de Sartre. Os dois artigos (b e c) formam parte organizado por Ana Maria L. Feijoo "Psicología clínica e filosofia".

(**) Por cuestiones de espacio dejo este tema en su esbozo; en mi estudio sobre la "La filosofía de Sartre" lo desarrollo en su justa dimensión.

Curriculum

Psicólogo clínico. Ex docente de varias universidades en Brasil. Miembro fundador y de honor de ALPE. Escribió numerosos libros científicos y literarios.

Fecha de entrega: 15/01/2019

Fecha de aprobación: 19/02/2019