

Revista 12

Directora y editora

Lic. Susana C. Signorelli (Argentina)

Consejo Editorial

Lic. Esperanza Abadjieff (Argentina)

Lic. Teresa Glikin (Argentina)

Dra. Marta Guberman (Argentina)

Prof. Emilio Romero (Brasil)

Prof. Ana María López Calvo (Brasil)

Prof. Myriam Protasio (Brasil)

Dr. Alberto de Castro (Colombia)

Dr. Yaqui Martínez (México)

Dr. Ramiro Gómez (Perú)

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.

Teléfono: (00 54 11) 4658-5441

Correo electrónico:

funcapac@fibertel.com.ar,

funcapac@gmail.com

ISSN: 1853-3051

Año 7 - N° 12 – Agosto de 2016

Revista virtual semestral de ALPE

Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial

Próximo número: Octubre de 2016

Auspician Fundación CAPAC (Argentina), IFEN (Brasil), CEPE (México), APPFE (Perú)

Comisión Directiva de la ALPE

Presidenta: Susana Signorelli (Argentina)

Secretario: Yaqui Martínez (México)

Tesorera: Teresa Glikin (Argentina)

Vocal titular primero: Alberto de Castro (Colombia)

Vocal titular segundo: Ana María López Calvo de Feijoo (Brasil)

Vocal titular tercero: Ramiro Gómez (Perú)

Vocal suplente primera: Esperanza Abadjieff (Argentina)

Vocal suplente segunda: Marta Guberman (Argentina)

Vocal suplente tercera: Gabriela Flores (México)

Revisora de cuentas: Myriam Protasio (Brasil)

Miembros de honor:

Emilio Romero (Brasil)

Pablo Rispo (Argentina) (post mortem)

Miembros correspondientes:

Emilio Spinelli (UK)

Emmy van Deurzen (UK)

Sumario

Editorial	pág.3
Objetivos y normas para publicación	pág.4
Convocatoria de ALPE	pág.6
Anuncio I. VIII Congreso Latinoamericano de T. E.	pág.9
Anuncio II. Todo cambia. Susana Signorelli.	pág.11
El parto y el nacimiento en la era contemporánea desde una perspectiva existencial. Leda Di Croce.	pág.13
El proceso de cambio en la terapia existencial. 2º parte. Susana Signorelli.	pág.18
Terapia existencial: preguntas y respuestas. Gianfranco Buffardi	pág.26
Desarrollos de la terapia existencial en Latinoamérica. Susana Signorelli y Yaqui Martínez	pág.29
Comentario de libro Emilio Romero	pág.38

Editorial

Van a ser 6 años, desde aquel octubre de 2010, en Buenos Aires, reunidos un grupo de latinoamericanos con motivo del III Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial, que lanzábamos nuestra revista en su versión online. Son 6 años y 12 números de una intensa producción ininterrumpida.

Éramos un grupo entusiastas de terapeutas existenciales latinoamericanos que pretendíamos unirnos en una sociedad con la finalidad de profundizar y difundir el movimiento existencial y así surgió junto a la revista, nuestra institución: ALPE.

En apenas casi 6 años no solo logramos tener presencia en Latinoamérica sino en el mundo entero, como dejamos constancia en las páginas de nuestra revista.

Aquí no solo publican terapeutas existenciales de Latinoamérica. Con el tiempo se han ido acercando terapeutas de otros lados del mundo para hacer sus aportes, lo cual valoramos ya que nos permite llevar a nuestros lectores, en idioma español o portugués, las últimas investigaciones y contribuciones de terapeutas de todo el mundo sin por ello perder presencia. Esto nos permite ampliar nuestros propios horizontes.

Al dar cumplimiento al VIII Congreso latinoamericano de Psicoterapia Existencial a realizarse en Lima, Perú en septiembre próximo, todos los países miembros originarios, ven cumplida la misión de llevar a cabo sus congresos, lo cual indica el creciente interés de la visión existencial en toda la región.

A nivel mundial hemos sido honrados para realizar el II Congreso Mundial de Terapia Existencial, decisión tomada en Londres en mayo de 2015 durante el I Congreso Mundial de Terapia Existencial, creándose en el mismo evento la Confederación Mundial de Terapia Existencial (WCET).

Más datos sobre este importante evento lo encontrarán en las páginas de esta misma revista y en nuestra página web. Como existenciales nos comprometemos con el desafío que nuestro devenir implica.

Los invito a ser parte de la comunidad existencial mundial, a través de ALPE, de sus trabajos para publicar en la revista y/o para presentar en los congresos latinoamericanos como así también en el II Mundial.

Susana Signorelli
Argentina

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.

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

funcapac@gmail.com

Delegación Brasil:

ana.maria.feijoo@gmail.com

Delegación Colombia:

amdecast@uninorte.edu.co

Delegación México:

yaqui@circuloexistencial.org

Delegación Perú:

rags28@gmail.com

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 al editor* con una extensión máxima de una página A4.

Aceptación

En caso de que el autor pertenezca a la nacionalidad de alguno de los países miembros de la ALPE, será arbitrado por el Delegado de ese país y otro miembro del Consejo Editorial (a ciegas), posteriormente y si no hubiera unanimidad, el trabajo pasa a ser arbitrado por pares consultores externos; en los casos de trabajos de investigación,

además de cumplir con el procedimiento arriba indicado, pasarán a ser arbitrados por pares consultores externos, referentes de la temática propuesta y una vez aprobado por ellos, se le enviará un correo electrónico para notificarlo, tanto de las modificaciones que se solicitan como de su aprobación o rechazo.

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 ciegas a dos miembros 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 su correspondiente autorización.

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.

Fecha de presentación de artículos

Para enviar los trabajos con la intención de ser incluidos en números sucesivos se aceptarán hasta el 1 de febrero y el 1 de agosto de cada año.

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 1,5, 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.

1- PRIMERA PÁGINA

Título del trabajo

Nombre completo de autor/es

País y ciudad de procedencia

Lugar de trabajo (nombre completo)

Breve currículum del autor o autores

Resumen (150 palabras)

Palabras clave: entre 4 y 5

2- SEGUNDA PÁGINA y siguientes

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

La Revista, puede bajarla gratuitamente de la página de ALPE:

www.alpepsicoterapiaexistencial.com

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

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) 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.
- b) 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.
- c) El Presidente será representante del país en las reuniones de C. D. con voz y voto.
- d) El Presidente no tendrá los beneficios de los socios fundadores.
- e) Los integrantes de las Delegaciones deberán demostrar con su curriculum, la formación que tengan en fenomenología, existencialismo y terapia existencial.
- f) 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.

- g) El Presidente de la Delegación deberá asistir a los Congresos organizados por la ALPE como mínimo cada dos años mientras los períodos sean anuales.
- h) 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



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

ANUNCIO I



Convocamos a ustedes a participar activamente a través de ponencias, conferencias, mesas institucionales, posters, en el

VIII Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial de la Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial (ALPE) y I Congreso Nacional de Psicoterapia Existencial de la Asociación Peruana de Psicología Fenomenológica – Existencial (APPFE).

Lugar: Lima, Perú.

Fechas: 15, 16, 17 setiembre 2016

Lugar: sede de la Facultad de Psicología y Trabajo Social, Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Av. Du Petit Thouars 248 – Lima.

Los trabajos y para cualquier contacto deberán remitirse al siguiente correo electrónico:

existencialpsicoterapia@gmail.com

Pueden comunicarse telefónicamente al (051) 952211579

Los trabajos deberán ser de carácter científico profesional (respetar las normas internacionales para la presentación de trabajos científico- académicos), en las modalidades ensayo, investigación, relato de experiencias, de los temas afines al motivo del Congreso y a la orientación que representa. En un plazo no mayor a los diez días se comunicará la aceptación o no del mismo. En el marco del VIII Congreso ALPE, APPFE, como en los anteriores, se entregará el Premio *Pablo Rispo* a los mejores trabajos libres presentados.

Premios Pablo Rispo

En los Congresos que realiza la ALPE se otorga el premio *Pablo Rispo* a los mejores trabajos libres presentados, el mismo consiste en la entrega de libros donados por la Fundación CAPAC:

Por las ramas de la existencia. Fenomenología de las modalidades del ser. *Pablo Rispo*.

La experiencia terapéutica existencial de grupo. *Pablo Rispo*.

Memoria de una existencia vulnerada. El peregrinar de

un inmigrante. *Pablo Rispo*.

Educación en crisis. Una propuesta para la NO violencia. *Susana Signorelli*.

Perspectivas en psicoterapia existencial. Una mirada retrospectiva y actual. *Yaqui Martínez y Susana Signorelli*.

Como así también cualquier otro libro que sus autores donen para tal fin.

ANUNCIO II

II Congreso Mundial de Terapia Existencial *Angustia y culpa en tiempos de cambio. Apertura y posibilidades.* Explicaciones acerca del título del Congreso **Todo cambia**

Desde las postrimerías del siglo XX hasta la actualidad se han producido grandes cambios en la humanidad, tan grandes han sido que hasta hemos alterado los climas de nuestro planeta. Estos cambios han traído nuevas preocupaciones al hombre actual, impensadas hace varios siglos atrás. Inquietudes que son nuevos desafíos para los terapeutas.

Todo terapeuta espera que se produzcan cambios en las personas que lo consultan y él mismo debe enfrentarse a los propios y a los de la humanidad toda. Estos últimos especialmente, no le son ajenos ni a los terapeutas ni a la formación que reciben. Parece que casi inmediatamente ésta queda obsoleta.

Tiempo atrás se valoraba la experiencia de un profesional y hoy en día nos debatimos si la experiencia es un valor en sí mismo. Si un profesional no se actualiza permanentemente y no mantiene una existencia abierta, podremos pensar que el tiempo le pasó por encima y entonces la experiencia ya no es tan válida porque la forma en que aparecen los planteos existenciales resultan ser nuevos ante el avance de la ciencia. No me refiero únicamente a estar en conocimiento de los desarrollos de la ciencia sino a los valores que los cambios sociales implican.

Sin embargo, dentro de tanta velocidad en los cambios, algo permanece, lo más propio del ser humano, su angustia ante la muerte, ante las limitaciones de la existencia, frente a la vulnerabilidad, a la incertidumbre, a la libertad, y la culpa frente a tener que asumir el riesgo de las propias elecciones. Estas cuestiones permanecen a lo largo de la historia de la humanidad, aunque lo que cambia, tal vez sea el modo de manifestarse o el modo de eludirlo.

Pensemos solo en el siguiente ejemplo: la reproducción humana. No es solamente un acontecimiento biológico, también lo es psicológico, social y existencial. Tanto ha variado la reproducción humana y la constitución de la familia que hoy nos enfrentamos con alternativas diversas. Hasta hace poco hablar de familias ensambladas ya era novedoso, pero hoy podemos hablar de familias monoparentales y de matrimonios igualitarios. En otros tiempos la madre soltera era mal vista socialmente, luego fue considerada valiente por asumir sola la maternidad cuando un hombre la había abandonado y hoy la mujer puede elegir buscar embarazarse sin necesidad de mantener relaciones sexuales con un hombre, es madre soltera por elección. Gracias a la inseminación artificial, a la ovodonación, o a la donación de esperma, a la criopreservación, o al alquiler de úteros, etc. podemos

ser padres casi a cualquier edad. Cómo no sentirnos dueños del mundo, casi dioses.

Los valores que permanecieron durante mucho tiempo casi inmutables son ahora cuestionables.

La ciencia y su constante evolución, fue entronizada a tal punto que se escindió del hombre y gracias a su avance hemos contaminado el mundo y así como podemos procrear a cualquier edad, también podemos acabar con la vida en el planeta, pero una vez más, es la ciencia la que nos puede salvar, cómo, humanizándola nuevamente, esgrimiendo como primer valor, la vida misma.

Ante estas cuestiones debemos preguntarnos ¿cómo educamos para un futuro cada vez más cambiante?, ¿no será necesario incorporar la ética en todos los niveles de enseñanza?, y ¿por qué no, para quienes deciden ser terapeutas?

Podríamos comenzar por cuestionarnos nuestras propias verdades. También podríamos preguntarnos qué mueve a un cliente-paciente a decidirse a concurrir a un terapeuta para iniciar una terapia. Seguramente lo hacen motivados por sentirse angustiados o culpables o angustiados y culpables. Desean liberarse o al menos aliviarse de esos sentimientos que lo agobian. Nadie concurre por sentirse gozoso con su vida.

Con estas ideas centrales quisimos convocar dando el título al II Congreso Mundial de Terapia Existencial: *"Angustia y culpa en tiempos de cambios. Apertura y posibilidades"*.

Dicho evento será realizado en mayo del año 2019 y el lugar que nos nucleará será la ciudad de Buenos Aires, Argentina.

El título pretende ser muy genérico, algo que nos afecta a todos los seres humanos, terapeutas y clientes-pacientes. Pretendemos que cada terapeuta pueda expresar lo que crea más conveniente sobre su forma de encarar las alternativas que presentan sus clientes-pacientes en la trama de la relación terapéutica que van construyendo.

El tema de la libertad, motivo del primer congreso, indudablemente seguirá estando presente ya que es propio de toda acción humana. Los autores existenciales ya hacían referencia a esta relación entre libertad, angustia y culpa, como aspectos ineludibles de nuestra existencia.

Al título original *"Angustia y culpa en tiempos de cambio"* le hemos agregado *"Apertura y posibilidades"* que es lo que permite el recorrido terapéutico: abrir el mundo de posibilidades del consultante.

Acudir a hacer una terapia, implica un intento de apertura por parte de quien nos consulta. Durante el

transcurrir de la terapia podrá permitirse acceder a un nuevo mundo de posibilidades hasta el momento no descubiertas.

Finalmente cuando nos referimos a “*tiempos de cambio*” hacemos referencia no solo al dinamismo continuo de los cambios, como lo decía Heráclito, sino más específicamente a los cambios producidos desde fines del siglo XX hasta estos comienzos del XXI.

Los cambios en nuestra época son cada vez más acelerados, lo cual genera nuevas angustias porque no se han creado, en forma tan rápida, respuestas nuevas o esquemas de conductas acordes a los cambios. Se corre el riesgo de quedar fuera de tiempo.

Por otra parte, la masificación de Internet ha permitido nuevos modelos de comunicación e incluso de alternativas terapéuticas, hay terapias vía Skype con personas que viven a distancia, etc., impensable en el

siglo pasado. Y también han traído nuevos paradigmas en las relaciones humanas que pueden llegar a ser facilitadoras de comunicación o disparadores de conflictos.

La reunión en un congreso de personas que vivimos en las antípodas del mundo, desconocidas por mucho tiempo es una muestra más de la velocidad de los cambios. Es a estos cambios que ofrece el siglo XXI a los cuales nos referimos y en el 2019 tendremos oportunidad de compartir nuestros puntos de vista.

Susana Signorelli

Presidenta de ALPE

*Presidenta del II Congreso Mundial de
Terapia Existencial*

EL PARTO Y EL NACIMIENTO EN LA ERA CONTEMPORÁNEA DESDE UNA PERSPECTIVA EXISTENCIAL

Leda Di Croce
Argentina – España

“Nacer y morir son dos (...) actos únicos e irrepetibles de nuestra existencia, distintos a cada acto de nuestras vidas. (...) Ningún otro será tan limite como éstos.”
(Signorelli, 2011)

Resumen

El parto y el nacimiento se consideran en la actualidad como hechos de escasa relevancia en cuanto a su devenir y su proceso. Se valoran como hechos consumados poniendo la mirada en el producto acabado y se descuida el delicado camino que se traza y se transita hasta llegar allí, así como sus consecuencias. A través de una mirada existencial se reflexiona en este artículo sobre la implicancia de la muerte y la angustia en el proceso de dar vida, el papel que juegan la libertad y la responsabilidad y lo revolucionario de enfrentarse a este acto fundante.

Palabras Clave:

Nacimiento- Parto - Angustia- Muerte- Libertad

Abstract:

Labor and childbirth at present are considered unimportant facts as far as pregnancy development and process itself are concerned. They are valued as "fait accompli" placing emphasis only on the final outcome neglecting not only the "delicate" path gone through to reach the final outcome but also the possible consequences derived from undergoing the whole process. From an existential point of view, this article analyzes the implication of death and anguish in the process of giving life and the role played by freedom and responsibility and the revolutionary fact of facing this founding act.

Key words:

Birth-Delivery-Anguish-Death-Freedom

1. Introducción

Este escrito tiene la intención de ser una reflexión sobre la visión contemporánea acerca del acto del nacimiento: las voces manifiestas, las opiniones, las vivencias y las prácticas que predominan alrededor del inicio de la vida y en particular de la experiencia femenina del parto como hecho posibilitante de esta circunstancia, la llegada al mundo de un nuevo ser.

Todo esto lo abordaré desde una mirada existencial, utilizando aportes de diversos autores que han desarrollado sus ideas desde esta línea de pensamiento a lo largo de la historia y que me servirán para sustentar la presente reflexión.

El recorrido que me planteo consistirá en una breve presentación de la actual situación de cómo es parir y nacer en el siglo XXI en la sociedad Occidental (reconociendo la generalidad y diversidad que encierra esta frase). Aun así pondré por encima de las particularidades de las distintas mujeres occidentales unos lineamientos generales que estas comparten en la actualidad respecto a sus partos.

Luego, relacionaré esta realidad con los conceptos de interdependencia entre vida y muerte, con el concepto de trauma y parto, con las ideas de responsabilidad y decisión, con el concepto de angustia y el "uso arbitrario del tiempo", entre otras ideas.

Finalmente, me gustaría destacar la importancia del papel de la Psicología Perinatal como herramienta de empoderamiento y reflexión personal para trabajar en este momento profundo de quiebre vital que es el de dar vida a otro ser.

2. Situación actual

¿Cómo parimos/nacemos hoy?

En la sociedad actual el parto se ha convertido (para la mayoría de las mujeres y para la sabiduría popular en general) en un hecho que hay que pasar rápidamente y sin demasiadas dilaciones para conseguir llegar al nacimiento, quitando total importancia al proceso.

Se toma con total naturalidad el hecho de invertir muchas horas, con absoluta dedicación a cualquier decisión "relevante y trascendental" (organizar una

boda, una luna de miel, comprar una casa u organizar un viaje) buscando opciones, alternativas y ofertas que se ajusten a nuestras necesidades y deseos. Sin embargo, dedicamos escasos o nulos esfuerzos en la mayoría de los casos (aunque no en todos, afortunadamente) a preparar nuestros planes de parto: cómo y con quién deseamos que ocurra, bajo qué condiciones y con qué acompañantes. Qué cosas serían de nuestro agrado y cuáles creemos que entorpecerían el camino. Qué cosas no estamos dispuestas a aceptar en ese momento, etc.

Curiosamente en alguna parte de nuestro camino cultural hemos delegado nuestro poder decisorio y lo hemos expulsado fuera de nosotras. Para lo bueno y para lo malo, hemos asumido que lo mejor es confiar a otros “que saben” todo lo que atañe al proceso del parto/nacimiento, ganando así por un lado, una gran cuota de tranquilidad (al menos aparente, dado que resulta tranquilizador que las decisiones sean tomadas por otros) y haciendo por otro lado una importante entrega de poder, con la consiguiente responsabilidad que eso conlleva.

Como consecuencia aflora una paradoja: al habernos convertido en sujetos pasivos en el curso de nuestros embarazos, partos y puerperios, la mayoría de las mujeres espera recibir y conocer desde fuera aquello que ocurre dentro de su cuerpo. Al buscar fuera la respuesta de qué es lo mejor para ella (como si esto pudiera tratarse a modo de fórmula universal), silenciando su sentido común y su propia sabiduría, se consigue olvidar lo más básico: que el embarazo, el parto y el nacimiento son hechos fisiológicos, pertenecientes a la esfera de nuestra salud y de nuestra sexualidad y que poco tienen que ver con lo patológico, las rutinas médicas y los protocolos hospitalarios.

De este modo, se desdibuja y se desconoce la notoria diferencia entre un parto fisiológico y un parto intervenido y/o programado. El primero básicamente consiste en el respeto de los tiempos, ritmos y necesidades del cuerpo femenino en funcionamiento, contando con la presencia de profesionales adecuados que sólo intervengan cuando las circunstancias lo requieren y evitando aplicar procedimientos o maniobras innecesarias que alteren el proceso. En el segundo y más habitual en nuestros días, suelen primar los tiempos institucionales más que los del cuerpo, así como una concepción intervencionista del nacimiento, que asume que un parto no ocurre por sí mismo sino que “los partos los hacen los profesionales”, dando lugar a infinidad de procedimientos con serias consecuencias que entorpecen más que ayudan y generan una cascada de intervenciones innecesarias y nocivas para la madre y el bebé: tactos reiterados, episiotomías, roturas de bolsa de forma artificial, uso indiscriminado de oxitocina sintética, dando lugar a partos instrumentales, inducciones y cesáreas sin justificación médica real.

Si mantenemos el foco en el producto acabado descuidando el proceso que ha conducido hasta allí, desoyendo que dicho proceso marca numerosas diferencias seguiremos tomando el camino equivocado. Según se tome una u otra vía, las

consecuencias tanto físicas como emocionales para madre y bebé son notorias. En palabras de Rodríguez Bustos. (2010): *“La medicina dicta las ordenes de lo que deben hacer la madre y la criatura, pero no puede sustituir, ni siquiera llegar a comprender todo lo que hay en juego en la simbiosis que ha destruido. Toda la ciencia médica no puede controlar la complejidad de la fisiología y la bioquímica de la simbiosis, pero en cambio los cuerpos si.”*

La presente situación del parto/nacimiento no es gratuita en ninguna de sus consecuencias. Está demostrado que el tipo de parto tiene importantes influencias tanto en la mujer que da a luz como en el bebé que nace:

En el caso de la mujer es posible que repercuta tanto en la recuperación física del proceso (secuelas indeseadas, molestias varias, dolor, etc. en caso de un parto intervenido) como en la presencia/ausencia de separación madre-bebé en las horas siguientes al parto. También afecta al bienestar emocional materno en el posparto (entorpecido muchas veces por las secuelas de un parto traumático), que en los casos más graves puede derivar en un Trastorno de Estrés Postraumático. Como consecuencia de estas dificultades iniciales sumado a la desconexión hormonal que produce la intervención y la separación, existe una clara afectación de la autoestima y sentido de competencia para iniciar el nuevo rol de madre, existiendo aquí una relación directa con lo que se conoce como “Baby blues” o Depresión Posparto, en aquellos casos más severos.

En cuanto al bebé se ha demostrado que desde el momento mismo del nacimiento su hábitat necesario y biológicamente esperable es el contacto cercano y piel con piel con la madre, con especial énfasis en las primeras 2 horas posteriores al nacimiento. Allí encontrará todo lo que necesita: alimento, amor, termorregulación, seguridad y bajos niveles de estrés, entre otros. La demora o impedimento del mismo genera aumento en la secreción de cortisol, hormona relacionada con altos niveles de estrés (neurotóxicos) que desde muy pronto orientan la conformación de su sistema emocional y de su modo de habitar el mundo de forma sana y adaptativa o por el contrario, en constante alerta y con alta reactividad al entorno.

Tomando en consideración todos estos factores, es esperable que existan consecuencias en el vínculo materno-filial, en el modo de habitar y enfrentarse al mundo y en la forma de atravesar los acontecimientos existencialmente relevantes hacia el futuro. *“La técnica y la industria intentan emular y copiar los procesos vitales, pero no pueden inventar nada que se parezca a la sabiduría acumulada en millones de años, que se remansa en cada ente orgánico vivo. (...) No hay lactancia artificial, no hay química, no hay colchón de plumas que produzca en el bebé las emociones necesarias.”* (Rodríguez Bustos, 2010)

3. Una mirada existencial ¿Por qué/ Para qué ocurre?

¿Cómo hemos sido capaces de llegar a este punto? Claro está que hay razones de tipo cultural y socio-

sanitarias e incluso económicas que han empujado hacia la consumación de este modelo de atención. Pero además de ello se podría plantear que para que un modelo de estas características se encarne en una sociedad debe encontrar razones más profundas que hundan sus raíces en la conciencia y en la existencia de las personas que lo reproducen y recrean.

¿Es que nos compromete profundamente vislumbrar lo revolucionario del fenómeno de la maternidad? ¿Será que nos enfrenta cara a cara con nuestros aspectos más oscuros y angustiantes y nos resulta más llevadero permanecer en parte ajenas a las implicancias existenciales de esta parcela de la realidad?

Pascal lo exponía de forma muy clara cuando afirmaba que “(el hombre) es *tan incapaz de ver la nada de donde lo sacaron como el infinito que lo absorbe*” (Unikel Spector, 2010). Aunque permanezcamos en cierto modo ajenas en nuestro día a día a la experiencia de la finitud de la vida, determinadas encrucijadas no hacen más que aproximarnos a aquello que es inevitable: enfrentarnos a la vivencia de que la nada está allí como algo inexorable. El inicio de una vida nos aproxima a la necesidad de contemplar que tanto la propia vida como la de la persona que una misma está a punto de traer al mundo es un punto en un continuo existencial, es una contingencia y que como tal es finita y prescindible dentro de ese continuo. La *gratuidad* de la que hablaba Sartre, “algo gratuito, implica algún aspecto en que el ser humano se capta a sí mismo no siendo *lo que es*. La conciencia de *no ser* genera angustia” (Romero, 2010). No quiero decir con esto que necesariamente todas las personas pasen por “ley general” por este razonamiento; sin embargo afirmo que sí es bastante habitual experimentar la cara visible del enfrentamiento con la nada en algún punto del proceso como sentimiento de angustia.

La forma en que psicológicamente vivenciamos los fenómenos relacionados con la vida y la muerte es muy diferente a como ocurre en el plano biológico, dado que en lo psicológico hay yuxtaposición mientras que en lo biológico ocurren de forma claramente delimitada una tras otra. Psicológicamente, se pueden considerar fenómenos interdependientes. “*Existen de forma simultánea, no consecutiva; la muerte late continuamente bajo la membrana de la vida y ejerce una enorme influencia sobre la experiencia y la conducta.*” (Unikel Spector, 2010) Así, se podría afirmar que una persona es capaz de “morirse sin morir” o de revivir sucesivamente la experiencia angustiosa de su propio enfrentamiento con la nada, acarreado malestar o sufrimiento asociado a esta situación.

Es bastante habitual encontrarse con que muchas mujeres en relación a sus partos experimenten angustia e incluso aquella evitación que se describe líneas arriba, la entrega del poder a otros, el no poder con tanta “carga existencial”. El no querer saber, el no querer/no poder enterarse de la intensidad de esta experiencia, porque verdaderamente esta experiencia es mucho más trascendental que aprender a encarnar un nuevo rol de madre o incluso el cuestionarse si una podrá hacerlo adecuadamente (si es que

verdaderamente cabe esa pregunta). Dar vida tiene una fuerte connotación existencial, de revisión y de balance, de afrontamiento, que pocas situaciones vitales tienen: una vida nacerá de mi cuerpo, una vida que también es finita del mismo modo que lo es la mía. Morirá en mí una mujer y nacerá una madre. La vida y la muerte latiendo simultáneamente en aquel instante: una situación que hace del par vida/muerte un fenómeno simultáneo, que atañe tanto a la propia persona como a una vida ajena y que refiere tanto a un sentido literal como metafórico del significado de la muerte.

En relación a lo antes expuesto, son destacables aquellos casos de mujeres cuyos partos han transcurrido como experiencias traumáticas. En estas situaciones se suma a la naturaleza movilizante del fenómeno, un añadido experiencial que en la mayoría de los casos permanece en la memoria como una vivencia fuertemente condicionante, que puede regresar involuntariamente a la conciencia y/o generar sentimientos altamente negativos para la vida en general y para los posteriores embarazos y partos (si estos llegan a ocurrir en el futuro). “*Algo que me acontece en la realidad se registra racionalmente en ese momento (...) pero en el nivel de las emociones - el límbico- y en el de los instintos e impulsos básicos – el reptilíneo- cada vez que lo re-imagino lo volveré a vivir como si fuera real.*” (Unikel Spector, 2010)

Recurriendo a numerosos relatos de parto de mujeres de distintos lugares de mundo y a testimonios en reuniones presenciales de parejas en el posparto inmediato¹ se comprueba que obtener experiencias satisfactorias en el momento de dar a luz es lamentablemente la excepción más que la regla, aun reconociendo que el espectro de situaciones es muy amplio y que además es absolutamente personal en cuanto a la variabilidad y durabilidad de las consecuencias traumáticas. Esta realidad nos cuestiona, nos interpela, nos exige como sociedad al menos una obligada reflexión acerca del camino que estamos eligiendo y de la necesidad de replantear nuevos rumbos. Elección y responsabilidad.

La decisión de tener un/a hijo/a compromete a las personas en múltiples aspectos de su existencia. Uno de ellos refiere a que esta decisión es un acto fundante, reviste una irreversibilidad como pocos otros: por eso está investido de ese “valor existencial”. A pesar de que coloquialmente “los hijos/as se tienen”, este hecho no implica algo fáctico, sino algo trascendente. Algo que atañe al ser, no al tener: no solo él/ella es un nuevo ser-en-el mundo, yo también lo soy desde el momento en que nace. Algo se modifica en ese mismo momento, algo nuevo se constituye en el nivel del Ser, independientemente de cómo decida encarnar esa maternidad/paternidad, de reconocerla o no, de implicarme más o menos.

¹ Esta información ha sido recabada gracias a la participación en reuniones presenciales de la Asociación “El parto es Nuestro” desarrolladas desde hace varios años hasta la actualidad en todo el territorio español. También se ofrecen testimonios por escrito donde muchas mujeres cuentan sus experiencias de parto (tanto positivas como negativas) en la web de la Asociación. <https://www.elpartoestnuestro.es/relatos>.

Otro aspecto que implica el hecho de dar vida es que tiene como correlato la necesaria asunción de un aspecto conflictivo de la realidad: hemos echado a rodar una elección, una posibilidad entre varias y con ella hay una parte de la vida que escapa a nuestro control. Muchas veces la desesperación de que cualquier cosa pueda alterar el curso de ese camino elegido hace que muchas personas se encuentren en un día a día de parálisis, de angustia o de intento de “encorsetamiento” de su realidad, una batalla por controlar y darle una forma específica a aquello que verdaderamente es incontrolable, imposible de prever al 100% y de manejar: la vida. La incertidumbre de vivir es otro factor inevitable de la existencia y es habitual que la angustia irrumpa frente a la imposibilidad de evitar que el destino nos sorprenda negativamente. *“Tratar de controlar la vida es una empresa que nace muerta, lo cual no impide que mucha gente le destine gran parte de su energía (...) Mientras no asumamos la inseguridad de vivir, seguiremos teniendo miedo a la vida y actuando desde el control.”* (Unikel Spector, 2010).

En la actualidad es cada vez más habitual (de forma especialmente notoria en los países europeos) advertir lo que algunos teóricos han llamado *“uso arbitrario del tiempo”* (Signorelli, 2011). Mujeres que han pasado años dejando la maternidad para un mejor momento y que se encuentran a los 40 años con problemas para quedar embarazadas. Nuevamente, hablamos de fenómenos multideterminados y está claro que en este caso influye el cambio del rol femenino en la sociedad, la falta de conciliación laboral-familiar junto con la apertura de nuevos horizontes para las mujeres que exceden la vida doméstica y el mero hecho de ser madres. Pero también es verdad que hay una organización biológica que no perdona, y que sigue habiendo mujeres que apuestan por la maternidad a pesar de haberse abierto a nuevos desafíos personales y profesionales. El uso arbitrario del tiempo nos habla de una no aceptación del reloj biológico, de una actitud ante la muerte, de un modo de afrontar la nada, de una manera de negación de la propia finitud. Y si hablamos de decidir, de elegir, es absolutamente necesario nombrar la contracara de ese fenómeno: la responsabilidad. E. Romero (2010) afirma que para Sartre *“la forma observable y subjetiva de la libertad se manifiesta en la elección.”* Esto implicaría que incluso frente al determinismo aparentemente más robusto, siempre hay un margen de elección en donde existen al menos dos caminos posibles entre los cuales podríamos optar. Tomar un determinado rumbo nos hace responsables, nos hace dueños y artífices en la escritura de nuestra existencia, nos permite el ejercicio de nuestra libertad, al escoger un camino y desechar el resto de posibles alternativas. Como es imaginable, el nacimiento, el dar vida, el cómo, cuándo, por qué, para qué y todas las preguntas asociadas a este fenómeno no escapan a esta lógica que todo lo atraviesa.

Por lo tanto, es de esperar que la trascendencia del hecho que aquí nos ocupa sea suficiente como para comprometernos sustancialmente. Luego, en función de la subjetividad y las herramientas de cada quien se abren las distintas posibilidades desde las que es

posible afrontarlo, vivirlo, disfrutarlo, evitarlo, sufrirlo. Pero justamente aquí creo que está el punto nodal del asunto: un quiebre existencial en el que el ser humano tiene la posibilidad de advertir que por el ejercicio de su libertad ha elegido y que por esa elección ha decidido crear una vida. Esa vida, esa elección entraña una responsabilidad, y los pasos de allí en adelante, desde ese mismo instante implican una carga existencial considerable. Las posibilidades son diversas, singulares y tantas como personas existen. El afrontamiento será diferente según seamos hombres o mujeres, según nuestra socialización y las herramientas emocionales, sociales y familiares de que dispongamos. Pero aquí es donde se cierra el círculo: si al inicio de este escrito hablaba de una raigambre singular, personal, necesaria en donde pudiera anclar un modelo de parto y de nacimiento tan desnaturalizado y nocivo como el que impera en la actualidad, creo que aquí es donde encuentra su campo fértil. En esa brecha que, o nos encuentra muy bien parados frente a la tormenta o la angustia frente a lo nuevo, la inseguridad, el no saber cómo, el temor a la nada nos empuja a preferir que otros asuman nuestra parte, al engaño de creer que así seremos “algo menos culpables”.

La forma instituida de parir en la actualidad es sin duda, una elección. Implica el ejercicio de nuestra libertad situada: un ser con unas condiciones de existencia limitadas dentro de unos márgenes de posibilidad disponibles en su aquí y ahora. Pero la libertad sigue ahí... Nos implica, nos pertenece, nos cuestiona. Quizás sea lícito cuestionarse ¿Buceamos todo lo deseable para conocer las opciones o alternativas disponibles y tomar verdaderas decisiones conscientes e informadas? ¿O escogemos más bien la cómoda y laxa postura de rebaño? ¿Nos sienta bien la falta de información científica y la entrega de poder? ¿Hasta cuándo será imperante la ignorancia de las mujeres sobre sus cuerpos y su sexualidad, la poca confianza que tenemos en nuestra fisiología, la absurda certeza de que somos imperfectas y la convicción infundada de muchas mujeres de que serán incapaces de parir a sus hijos sin siquiera haberlo intentado jamás?

4. Reflexión final

Para quienes hemos trabajado en este campo o al menos permanecemos siempre más o menos cerca de él, es satisfactorio y prometedor reconocer que en los últimos años se han conseguido pequeños pero valiosos avances tanto a nivel macro como micro. En la conciencia social, poco a poco se va normalizando que el respeto y el “buen nacer” son un derecho y no un privilegio del que sólo pueden gozar aquellas personas con dinero o con la suerte de una buena formación. Gracias a la incansable lucha de muchas mujeres y un puñado de “profesionales que se revelan” se ha ido consiguiendo el abandono o el cuestionamiento de algunas prácticas obsoletas o poco recomendadas en la atención al parto y es necesario creer que esta oleada irá a más en los años venideros.

En el plano micro la variabilidad sigue siendo sorprendente, pero de forma interdependiente con lo que ocurre a nivel macro cada vez hay más gente que “de algo le suena” este tema. Suele ocurrir que cuando las mujeres se acercan buscando información, rastreando profesionales respetuosos o simplemente buceando en sus dudas respecto al sistema de atención “instituido” hay una brecha que se abre y poco a poco se convierte en un abismo insalvable. Las preguntas entonces brotan a modo de catarata y cuando eso ocurre suele ser “un viaje de ida sin retorno”. Una mirada respetuosa, consciente, empática con nuestros bebés y con nuestros propios cuerpos es un viaje profundo y muchas veces difícil pero siempre enriquecedor.

Y en ello hace un trabajo increíblemente importante la Psicología Perinatal, que como rama de ésta disciplina se encarga de acoger todos aquellos fenómenos psico-afectivos asociados al universo del embarazo, parto, posparto y crianza temprana. Un campo de trabajo en crecimiento que permite actualmente y seguirá permitiendo a muchas mujeres abrir esa caja de pandora y conectar con los aspectos más conflictivos y controvertidos de la maternidad, sanando muchas heridas, brindando apoyo en situaciones traumáticas y generando conciencia: empoderando.

Rescato la propuesta de A. Unikel Spektor (2010) de asumir la responsabilidad, de invertir la mayor inteligencia y creatividad por tratar de ser felices a pesar de todo. Una apuesta a la “*Ecuanimidad*”, *el estar en el propio centro* aún en medio de la tragedia. “*Es convertirse en uno con ese ir y venir del oleaje, hacerse oleaje, no luchar contra el oleaje, reconocerse en el estado del agua, de acceso al océano profundo donde reconocemos su característica más esencial, la de que el agua siempre cambia, pues nunca permanece igual.*” El mismo oleaje que tantos teóricos del nacimiento han utilizado como metáfora para describir el ritmo pulsátil de las contracciones de parto, ese ir y venir donde el útero se contrae y se relaja durante horas y culmina con la llegada al mundo de ese nuevo ser. Una pieza de baile que es mucho más

fluida cuando se baila de a dos y cuando en vez de resistirnos, nos entregamos al son de su música y la danzamos en libertad.

Bibliografía

- Fernández del Castillo I., (2006). “*La revolución del nacimiento: Partos respetados, nacimientos más seguros*”, Madrid, España: Gránica.
- Rodrigáñez Bustos C., (2010). “*El asalto al Hades*” 4^o Edición, Barcelona, España: La Llevar Virus.
- Romero E., (2010) Clase 12: Jean Paul Sartre (1^o Parte). Curso a distancia. Psicología Existencial, Su aporte a la terapia.
- Romero E., (2010). Clase 13: Jean Paul Sartre (2^o Parte). Curso a distancia. Psicología Existencial, Su aporte a la terapia.
- Signorelli S., (2011). “*No me olvides: la muerte para el más acá*”, Buenos Aires, Argentina: Fundación CAPAC.
- Unikel Spektor A., (2010). Clase 4: *Angustia y Culpa*. Curso a distancia. Psicología Existencial, Su aporte a la terapia.
- Unikel Spektor A., (2010). Clase 32: “*Hacer filosofía para hacer terapia*” Curso a distancia. Psicología Existencial, Su aporte a la terapia.
- Yalom I., (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona, España: Herder.

Curriculum:

Licenciada en Psicología, Universidad de Buenos Aires (UBA).

Posgrado en Violencia de Género: Prevención, detección y atención (IFIS- Grupo 5). Formación en Psicología Existencial (ALPE) y en Psicología Perinatal. Miembro de ALPE (Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial), de la Asociación Española de Psicología Perinatal y de la Asociación El Parto es Nuestro

Contacto: ledadicroce@yahoo.com.ar.

Fecha de presentación del artículo: 11/15

Fecha de aprobación del artículo: 12/15

EL PROCESO DE CAMBIO EN LA TERAPIA EXISTENCIAL

(2° parte)

Susana Signorelli
Bs. As. – Argentina

1° parte en Revista 11

Resumen

Ante el planteo de muchas escuelas psicológicas acerca de la viabilidad de hacer una medición de la eficacia de los tratamientos psicoterapéuticos, se plantea en este trabajo desde una visión existencial, cómo podría evaluarse el proceso de cambio de los pacientes. Para ello se confeccionó en primer término, una encuesta y posteriormente se elaboró una estrategia a través de imágenes de las vivencias de los pacientes que resultó ser muy efectiva dentro de la misma terapia. En ambas situaciones estuvo presente que los productos obtenidos tuvieron que ver con la modalidad terapéutica empleada, donde terapeuta y paciente están altamente comprometidos en el vínculo.

Palabras clave:

proceso; cambio; terapia existencial; vivencia.

Abstract

The process of change in existential therapy
Several psychological schools discussed the viability of measuring the effectiveness of psychotherapy treatments. The author questions, from an existential perspective, how the process of change in patients could be assessed. For this, a survey was firstly developed and later a strategy using images of the patients' experiences was applied, which resulted very effective within the therapy. In both circumstances the results were explained by the particular therapeutic mode, in which the therapist and the patient are highly compromised in their relationship.

Key words

process, change, existential therapy, experience.

El espacio

Si bien como dice Minkowski (1973) tiempo y espacio están íntimamente ligados, me tomaré la licencia de dedicarme solamente a los aspectos espaciales ya que las imágenes con las que trabajé hacían referencias a distintos espacios.

Las imágenes que traían los pacientes como expresión metafórica de su sentir, daban cuenta de su ser-en-el-mundo acentuando el ahí de su ser-ahí, este

ahí es la espacialidad en la que el ser se manifiesta. No es un lugar cualquiera, es su propio paisaje construido por él. Desde mi lugar, desde mi espacio vivido, me acerco o me alejo de los objetos y de los otros y comparto o no los espacios vividos de esos otros.

El ser no puede concebirse sin espacio. Los niños preguntan dónde están los muertos, con esa pregunta están buscando un lugar y la respuesta en el cielo o en la tierra, los conforma porque le dan un dónde. Hay otros, más atrevidos o más curiosos que se preguntan por dónde estaban antes de nacer, esto no hace más que evidenciar la imperiosa necesidad de buscarse insertos en el mundo. (Signorelli, 2011b).

En esta dimensión se cimienta nuestra experiencia de ser, ya que ser significa estar en dicha dimensión. Pero es un estar en continuo espacializar, en la medida en que va siendo, va a su vez creando espacio. El hombre no sale al mundo exterior para habitarlo, como algo ajeno a él. No hay exterior sino que desde el nacimiento ya somos en el espacio al cual caemos. Esto es propio del existir del hombre. El salir afuera del ser ahí, significa existir. No es algo exterior a mí, sino que me hace ser, es una característica ontológica del ser. En la medida que este ser particular espacializa, puede encontrar sus adentros y afueras tanto como sus arriba y abajo, son las dimensiones que le permiten espacializar y entonces, recién ahí podemos decir que lo habita, lo hace suyo. Pero indudablemente para que esto ocurra es porque somos y tenemos un cuerpo. No podemos hablar de espacio sin hablar de cuerpo.

Nuestro cuerpo ocupa un espacio, nos ancla en él pero ese espacio para el ser humano es diferente del espacio de los demás seres vivos, el hombre selecciona y configura ese espacio de un modo que le es propio y único, comparte con otros un espacio geográfico y un espacio existencial pero su modo de espacializar, de hacer espacio le son singulares, de ahí que podemos decir que no lo ocupa sino como expresé anteriormente, lo habita.

El espacio es entonces un espacio humano, es el espacio habitado por el hombre que aunque no esté presente en él, se sitúa en él de un modo humano. La ausencia humana marca precisamente un distanciarse que tiñe al paisaje con el propio color, o sea, sigue siendo humano y representativo de su ubicación en él. El espacio del hombre es entonces su paisaje, convierte al espacio en paisaje. El espacio convertido en paisaje permite generar vivencias y las vivencias transforman los paisajes en un diálogo permanente.

“Antes de ser geométrico o incluso geográfico, el espacio se presenta de entrada como un paisaje: se da originariamente como la distancia de las plenitudes coloreadas o la de las lejanías perdidas en el horizonte, envuelto por la distancia que lo encierra, o incluso también es el espacio de las cosas que están ahí, resistiendo bajo mi mano, desde su origen, a mi derecha o a mi izquierda; detrás de mí, oscuro, o transparente ante mi mirada”. (Amuchástegui, 2008)

El espacio se configura con una significación vivencial. Algunos paisajes pueden ser aterradores y otros darnos paz y seguridad. Podemos estar lejos o cerca, chocamos, nos enfrentamos, nos deslizamos, nos desplazamos, estamos por encima de, hundidos en un pozo, anclados a la tierra, mucho de nuestro lenguaje tiene connotaciones espaciales, que son metafóricas y no formas literales de la manera de espacializar.

El espacio humano permite establecer planos: frontal, transversal, sagital y perspectivas: cerca-lejos en la horizontalidad y arriba-abajo en la verticalidad. En la verticalidad la cercanía o lejanía también está presente pero la vivencia es distinta, en la verticalidad lejana puede sentirse el abismo y el arriba puede sentirse como elevación.

Otros autores han utilizado los términos “temple”, “atmósfera”, “actitud vital”, “sentimiento existencial” (Binswanger, 1956; Jaspers, 1993; Ratcliffe, 2008, citados por Duero) a los cuales Duero llama *sentimiento de orientación vital*, todos ellos se refieren *“al conjunto de vivencias y disposiciones básicas que determinan en una persona sus modos de insertarse, experimentar y dar sentido al mundo en el que vive”*.

Esto hace que el mundo se nos presente como familiar o extraño, amigable o amenazador, con o sin sentido y es lo que nos dispone a afirmarnos o replegarnos, a acercarnos o retirarnos, a desarrollar actitudes expansivas o de recogimiento. (Duero, 2013) Podemos analizar el espacio en las imágenes con humanos desde la proxemia que nos permite estudiar la relación del hombre con su espacio desde la comunicación entre los humanos mismos y entre los humanos y su entorno y así podemos hablar de espacios públicos, espacios privados, espacios íntimos.

El espacio público hablará de la prioridad que se le da al vínculo con los otros en el mundo que les es común pero todavía no nos expresa nada de la calidad del vínculo. Es el espacio en el cual participo con los demás seres, situado por el lugar en el que desarrollo mi cotidianidad, sea trabajo, estudio, recreación, etc.

El espacio privado es algo que me distancia del otro y el espacio íntimo es una invitación a una intimidad que puede ser compartida.

El espacio familiar es aquel que conocemos y que compartimos con nuestros seres queridos o no tanto, en el cual puede haber o no conflicto, según las relaciones que se puedan tramitar en la cercanía. Por lo general es un espacio en el que nos podemos aflojar las tensiones, nos sentimos como “en casa”.

Los seres humanos no marcan territorio como los animales que a través de su olor configuran su zona de dominio, sin embargo, cada ser tiene la vivencia de

que sus movimientos corporales en el espacio le permiten apropiarse de ese espacio y conoce bien los límites entre lo público, lo privado y lo íntimo, para constituir su espacio propio.

Principio del formulario

Final del formulario

Mehrabian (2009) plantea seis clasificaciones en la percepción del espacio, a saber: 1) percepciones de formalidad, 2) percepciones de calidez, 3) percepciones de privacidad, 4) percepciones de familiaridad, 5) percepciones de compulsión, y 6) percepciones de distancia. Partiendo de esa clasificación pero con mi propia interpretación de la misma podemos entender al espacio de la formalidad como un espacio social ajustado a normas de convivencia pero también de superficialidad. La percepción de calidez se refiere a la comodidad con la que nos movemos dentro de ese espacio, encontrar una familiaridad, un lugar que permite relajarse en el cual permanecer resulta agradable.

La privacidad generalmente se encuentra en espacios cerrados, por ejemplo, un consultorio médico o terapéutico, tienen mucho que ver con los espacios donde no se admite en continuo entrar y salir de ajenos. Son necesarios en determinados tipos de trabajos, a diferencia de los espacios íntimos que pueden darse en cualquier tipo de espacio porque se trata de lo más íntimo de sí, ejemplo, dos amantes que se miran en medio de una multitud, sin embargo, tienen un espacio en común, es el espacio del amor.

El espacio de la familiaridad es el espacio conocido, en el que me muevo con seguridad, hasta en la oscuridad. Este espacio puede convertirse en agobiante o en tranquilizador, tiene mucho que ver con el estado emocional.

La percepción de compulsión se relaciona con el tiempo de permanencia en un determinado espacio, con la posibilidad de alejarse o de estar obligado a permanecer, por ejemplo la prisión. Muchas personas no pueden permanecer mucho tiempo en un mismo espacio, algunos no soportan los espacios abiertos, otros los cerrados, otros los vacíos, otros las alturas. Hay quienes no soportan viajar mucho tiempo en un vehículo o viajar en avión.

La percepción de distancia tiene que ver ya sea con una distancia real y con una distancia de orden emocional, así podemos sentirnos muy lejos de la persona que tenemos al lado y muy cerca de alguien que está muy lejos físicamente. Ejemplo de esto lo percibimos cuando viajamos en un transporte público donde compartimos un espacio y un tiempo con un desconocido a quien sentimos casi como un inexistente.

Binswanger (1961) en el estudio de la espacialidad que hace de sus pacientes nos habló de un espacio orientado y de un espacio humorado. El primero se refiere al espacio ambiental, físico, presente, es el espacio homogéneo de las ciencias naturales, de la física, tiene sus límites y contenido, distancia y direcciones, es tridimensional. Es el espacio euclidiano, fundamental para nuestra actividad práctica y para nuestro conocimiento científico de la realidad (Straus, 1971).

Nuestro espacio orientado es construido a partir de la coordinación de varios campos perceptivos y de nuestra movilidad corporal. El cuerpo establece mi aquí, el tacto hace al espacio cercano y la vista y el oído permiten la captación de un espacio lejano pero que en el espacio humorado bien podría ser a la inversa. Porque nuestra experiencia no se limita al espacio orientado, en nuestra percepción del espacio se nos hace presente el espacio vivido en el que aparecen las emociones. Entonces las dimensiones del espacio cobran otra significación, alguien puede estar a mi lado y sin embargo, lo puedo sentir lejísimo. Vemos en este ejemplo lo contradictorio que resulta el espacio. Si hacemos una referencia al cuerpo en este espacio, es el cuerpo como *korper*, este es el cuerpo que ocupa un lugar en el espacio y si hacemos referencia al cuerpo en el espacio humorado es el cuerpo como *lieb*.

Binswanger (1961) también habló de otros espacios, como el espacio pragmático que es aquel donde el ser actúa, el espacio simbólico es el que el ser se representa y le da un significado, el espacio estético en el que distinguió el espacio de la vivencia de lo bello y el espacio de la representación, de lo simbólico. En el primer caso, la vivencia se da en el presente y corresponde a una forma del espacio humorado, el segundo comparte ambos espacios ya que por un lado supone una construcción espacial compleja dada por las leyes de la perspectiva como en la pintura, y más complejas aún para la arquitectura pero al cual se suma un valor simbólico que involucra a todo el ser, por ejemplo lo que sentimos frente a un templo de adoración a un dios, corresponde entonces a un espacio humorado.

También se refirió al espacio del ser con otros, pero no se dedicó a estudiarlo en profundidad y entendió por espacio cultural al hecho de escribir una carta.

El espacio humorado es el espacio vivido con su tono afectivo. No está determinado por dirección, distancia ni ninguna otra dimensión, es en supremacía el espacio de la danza. Nuevamente siguiendo a Straus (1971), el espacio de la danza es un espacio acústico, espacio que no tiene límites. Quien baila, se mueve y sabe que no va hacia ninguna parte, todo el espacio es suyo, estamos dentro del espacio, formamos parte de ese espacio. El bailar abre el espacio, crea espacio. El caminar, en cambio, tiene principio y fin, en este caso decimos que atravesamos el espacio.

El espacio humorado manifiesta un contenido expresivo que parte de la vivencia. Se hace expansivo en la alegría, ahogante u oprimente en la angustia, estrecho en la tristeza, la plenitud lo expande, la desesperación lo encoge o lo convierte en vacío. La oscuridad oprime, la luminosidad lo amplía.

La percepción visual del espacio nos permite captar el color, éste le pertenece al objeto, está allí, está limitado y a la vez limita, nos revela un espacio sectorizado, las tonalidades permiten apreciar el relieve, es decir la tridimensionalidad manifiesta en profundidad. Straus lo relacionó con el tiempo, expresando:

“Lo que vemos se encuentra a cierta distancia delante o detrás de nosotros. El espacio que se extiende

delante de nosotros es, pues, una metáfora de un futuro próximo; el espacio que está detrás es una metáfora del pasado que se aleja de nosotros”.

Straus (1971).

El espacio se halla íntimamente unido al movimiento, ya que nos movemos en un espacio. El espacio es el anclaje para nuestro movimiento como a éste lo es el cuerpo.

El espacio que nos posibilita la vista es el espacio del movimiento orientado, nos permite dirigirnos a una meta que está allí y es medible, pero ese mismo espacio puede experienciarse de disímiles modos y entonces ya hablamos de espacio humorado. Son dos espacios bien diferentes pero en este caso unidos. Sé que tengo que atravesar una cierta distancia para llegar a un lugar desconocido, pero mi camino de ida me parece largo y cansador, despierta cierta ansiedad, en cambio, el camino de vuelta parece mucho más corto y me resulta aliviador; sin embargo ambos median lo mismo pero la vivencia es diversa. La distancia en sí misma ha perdido importancia, el espacio se abre ilimitado hacia lo desconocido en el primer caso y hacia lo conocido en el segundo. Ocurre que cuando el espacio me es familiar mi percepción del tiempo en la travesía varía a si el espacio me es desconocido.

También la percepción del tiempo varía cuando queremos llegar puntualmente a un lugar o cuando debemos esperar determinado tiempo para que algo ocurra entonces parece que el tiempo no pasa nunca pero cuando estamos entretenidos o relajados nos parece que el tiempo voló.

El espacio humano es también un espacio histórico, Straus citado por Binswanger (1973) lo demuestra con el siguiente ejemplo: adelante y atrás pueden cambiar su significado, cuando voy de mi casa al trabajo lo llamamos viaje de ida aunque vaya sentado de espaldas a la dirección que llevo en el vehículo que me transporta, lo que queda detrás de mí tiene carácter de hacia adelante, otro tanto ocurre cuando regreso. Ida y regreso no están determinados por la posición de mi cuerpo respecto de la dirección que transito sino por factores históricos, cuando regreso lo hago al lugar que habito. Ni el espacio induce a la vivencia ni la vivencia a la configuración del espacio, sino que ambos son dos polos de una unidad noético-noemática.

Otra forma de entender el espacio óptico es apreciar que para ver necesitamos de los ojos, del aparato visual que nos sitúa en un espacio orientado, al que llamamos espacio óptico o visual. Pero la persona que ve, no está en el ojo, sino en lo que ve. Está “afuera”, en el lugar en el que se posa su vista (López Ibor y López Ibor Aliño, 1974). La visión permite un más allá de sí, nos permite acercar la lejanía y nos ubica en un paisaje. Este estar afuera, en el lugar de lo que vemos está referido al espacio humorado.

Tanto el espacio orientado como el espacio humorado o sintónico (Binswanger, 1961) (Signorelli, 2011) responden a ejes que se refieren a una horizontalidad y a una verticalidad, pero con significación diversa. Para el espacio orientado tenemos un arriba-abajo, adelante-atrás, al lado izquierdo-al lado derecho, y nos

permite establecer una cierta distancia pero para el espacio humorado

... el eje vertical tendría que ver con la elevación y con el descenso. La elevación resultaría así metáfora del esfuerzo por abandonar el statu quo, por el elevarse por encima de lo dado, por el superar las limitaciones, por el alcanzar aspiraciones. O sea, elevarse significaría conectarse con lo consciente, lo intelectual, lo espiritual e ideal. El descenso se referiría al contacto con lo concreto y natural, con el mundo de las cosas y con el manejo práctico, lo cual significaría tomar conciencia de la propia sexualidad, de la motricidad, de las necesidades orgánicas, vegetativas y lúdicas... el eje horizontal sería metáfora del discurrir. Discurrir implica dos movimientos básicos: uno progresivo, en busca de nuevos horizontes, y otro de retorno, en busca de la recuperación de las experiencias vividas y de las fuentes históricas... o podría estar expresando la detención depresiva en el pasado.

(Boffa & Guberman, 2011)

Binswanger se refirió también al espacio onírico, éste se presenta con imágenes que asimismo constituyen un paisaje. El espacio onírico responde a las coordenadas que limitan su paisaje, hay un eje horizontal que nos ubica cerca o lejos, un eje en profundidad que se expresa a través de una ondulación dada por las luces y sombras y el eje vertical referido a la ascensión y la caída o descenso.

El eje horizontal permite un ir y venir de lo lejano a lo cercano y viceversa. Lo lejano como apertura y descubrimiento; lo cercano, como lo familiar, lo conocido, lo que se tiene a la mano. A veces lo lejano y lo cercano se aproximan demasiado y sus límites pasan a no estar claramente marcados. Es un horizonte diluido.

El eje de la profundidad dado por la luminosidad produce un espacio claro o un espacio oscuro, en el espacio claro cada cosa ocupa su lugar según su función, todo está dado, cumplido. El espacio oscuro, es un lugar de fusión y confusión donde se pierden los límites entre lo lejano y cercano.

El eje vertical de la ascensión y la caída muestra un arriba y un abajo, que también puede ser lejano o cercano, se llega a la cima o al abismo, el ascenso produce vértigo al mirar hacia abajo por temor a la caída.

Foucault siguiendo a Binswanger se refiere a este eje como el de la cima resplandeciente, donde la claridad de sombras se ha purificado como luz absoluta o bien puede vivenciarse como una existencia que ha perdido su hogar sobre la tierra. (Amuchástegui, 2009). Así podemos hablar de mundo subterráneo, etéreo, terrenal o celestial.

El espacio en su entrelazamiento con la luminosidad nos revela espacios oscuros o luminosos, en penumbras o brillantes, opacos o transparentes. Estas características las podemos vislumbrar tanto en el espacio orientado como en el humorado. En el espacio humorado no se refieren a características propias del espacio sino a las connotaciones que le damos a ese paisaje, así, si nos sentimos alegres las

imágenes que asociaremos de espacio serán de espacios luminosos, brillantes, amplios, el espacio claro se abre con amplitud, me permite ver colores y diferencias lumínicas. Si nos sentimos tristes, será lo contrario.

El espacio se me aparece como *telón de fondo* (Minkowski, 1973) donde se destacan los demás objetos. Es el espacio en el que me muevo y se mueven los otros. El espacio claro es un espacio *socializado* (Minkowski, 1973) en el que desarrollo mi actividad y donde siempre encuentro un lugar, tiene distancia, extensión y amplitud, pero no es medible como el orientado.

Un espacio oscuro despierta en cada ser distintas vivencias pero lo común posiblemente sea un repliegue sobre sí mismo.

El espacio oscuro no se extiende delante de mí sino que me envuelve, me penetra. El espacio claro es enemigo de la confusión, todo resulta nítido. En el espacio oscuro existe el misterio, todo lo que imaginamos son imágenes traídas del espacio claro, el espacio oscuro no tiene distancia ni extensión pero tiene una dimensión de profundidad que no tiene que ver con el eje vertical ni horizontal, parece un espacio enorme pero que me encoge porque no sé cómo moverme en él. En el espacio oscuro no hay ningún saber más allá de mí.

Elegir el paisaje es mostrar cómo me veo en el espacio que habito. El espacio claro va más allá incluso de lo que abarcan mis ojos, cuando me encuentro en mi cuarto, sé que el mundo continúa detrás de esos muros. El espacio hace a mi ser y mi ser hace mi espacio.

Al espacio se le asocian otras características como por ejemplo la materialidad que se refiere a la consistencia que tienen los objetos, ésta puede ser fluida o viscosa, húmeda o seca, blanda o dura, áspera o suave, a su vez tienen una tensión, puede ser resistente o flexible, pesada o liviana, blanda o dura. Del mismo modo el espacio hace referencias a la temperatura, podemos percibir el frío o el calor del ambiente, la luminosidad nos permite apreciar si la imagen es clara, tenue u oscura, desde el color si aparecen colores brillantes u opacos, con una gran gama de colores o en una misma tonalidad, o en blanco y negro. A cada una de las características recién mencionadas le podemos dar una significación. Este análisis del espacio todavía no se agota aquí, hay espacios que tienen sus propios contenidos expresivos y que el hombre los construye dándole un sentido, por ejemplo los templos religiosos, espacios míticos, las fábricas, salas de exposiciones o departamentos y también le atribuye significado al espacio circundante, no es igual una extensa llanura que altas cumbres o un inmenso mar, unos alcanzan el horizonte otros lo interceptan, con la importancia que eso tiene para los habitantes de distintas zonas geográficas. Una vez escuché un comentario sobre un hombre de mar que le decía a uno de la montaña, que ésta era un muro que impedía su visión y le ponía un límite, a lo cual el hombre de montaña le contestó que el límite lo tenía él, tenía ante sí el horizonte a una distancia imposible de alcanzar a ver qué hay detrás del horizonte y tampoco lo podría hacer con su propio

cuerpo, en cambio, él, si atravesaba la montaña tendría otro mundo a su alcance. La montaña no era un impedimento, el mar sí. Como puede observarse cada uno tiene una vivencia distinta sobre un mismo lugar, esto los convierte en paisajes diferentes.

Muchas expresiones en nuestro lenguaje tienen referencias espaciales: vacío de corazón, se ensancha o se encoge el corazón, caer en un abismo, saltar por los aires, fresca como el agua, perdí mi rumbo.

La percepción del espacio también varía con la edad, mientras el niño y el joven crean espacios amplios, los ancianos viven en un espacio consistente y cada vez más reducido a lo familiar, es difícil cambiar, por eso les cuesta tanto mudarse de casa o de país. Los puntos de referencia espaciales son muy importantes para los ancianos, le permiten seguir insertos en el mundo.

Dentro del espacio podríamos ubicar lo que Binswanger (1972) llamó *heimat* o patria. Es el lugar del que me apropio y siento mío, me pertenece y cuando me alejo siento nostalgia y cuando regreso me reencuentro con mis afectos aunque lo perciba cambiado. Este *heimat* es mucho más que un espacio humorado, es el espacio del ser-allende-en-el-mundo, es el espacio de la trascendencia donde no hay un arriba y un abajo, un cerca y un lejos, un antes y un después. A su vez en cada espacio puedo constituir mi *heimat*. Puede ser el lugar en el que nací y eché mis raíces, puede ser el espacio del encuentro del amor, el espacio en el que me siento a gusto y deseo permanecer, el espacio del hogar, el espacio de mi profesión, de la creación. Para Binswanger es el espacio histórico intrabiográfico. ... "en este espacio hay plenitud y vacío hasta la nada, hay una ida y un regreso, acercamiento y distancia, llegar y alejarse, un avanzar prevenido, un pertinaz quedar colmado o un saltar jovial". (Binswanger, 1973).

Análisis de las imágenes

Lo expuesto hasta aquí nos va a permitir acercarnos a las imágenes mostradas por los pacientes para analizarlas con esos parámetros. Son solo pautas, caminos posibles para la comprensión del mundo del paciente.

Los pacientes presentaron imágenes de obras de arte, fotografías propias o extraídas de Internet o de algún otro medio gráfico, algunos las retocaron con *fotoshop* para que expresaran más cabalmente su vivencia o presentaron imágenes pintadas por ellos a partir de alguna imagen que quisieron modificar.

La imágenes aportadas fueron de varios tipos: a) imágenes cósmicas, b) imágenes de la naturaleza, c) imágenes urbanas, d) persona en un entorno natural (naturaleza) o creado por el hombre (ciudad), e) rostro humano, f) imágenes con expresiones dadas por signos, g) imágenes no reales, h) abstractas, i) animales, j) plantas, k) objetos, l) obras de arte, m) caricatura, ñ) imágenes de creación digital.

Como todas las imágenes pertenecen a la persona que las busca y elige, podemos decir que denotan su paisaje, (Van der Berg, 1963) estén o no presentes en la imagen porque de cualquier modo hay alguien que lo mira, pero no lo mira desde afuera sino que es su mundo construido por él, es su manera de ver y crear

su propio paisaje, de hacerlo suyo, al elegir su imagen se hace dueño de ese paisaje, si se quiere, lo funda.

Este paisaje puede ser extraño, conocido, fantaseado o simbolizado, puede tener varios de esos atributos ya que todos van a tener un valor simbólico. Así puede referirse a un espacio conocido y simbolizado o a un espacio extraño y fantaseado, etc.

Estas imágenes permiten analizar si hay o no presencia humana, si aparecen en soledad, o en pareja o en grupo, qué otros significativos están presentes, el cuerpo como corporalidad expresiva, el posicionamiento agencial del protagonista: activo-pasivo, la disposición corporal: actividad-quietud, (Duero, 2015), si utiliza el color o el blanco y negro, elementos que hacen a la atmósfera del espacio, cómo es el espacio y el ambiente elegido: urbano, rural, natural, hecho por el hombre; la organización espacial: arriba-abajo, centrado-descentrado, sobre un margen derecho o izquierdo, (Boffa y Guberman, 2011), la profundidad dada por la perspectiva, desde qué ángulo es visto, etc.

En cada imagen puede analizarse un "tema" que lo brinda tanto la primera como la segunda imagen solicitada, algunos mantienen el mismo tema, otros lo cambian totalmente, podríamos pensar que este último caso se debe a la visión modificada que tienen de su situación actual en referencia a la vez que consultaron por primera vez. Sin embargo, en los que no modificaron el tema, igualmente se observan cambios muy notorios. Por tema entiendo al tipo de imagen elegida, paisaje cósmico, paisaje donde aparece agua, rostro, objetos, etc.

Dentro del tema, a su vez podemos analizar la estructura del paisaje en la cual inscriben la imagen central. Otra óptica de análisis la ofrece considerar el tema elegido según la profesión o actividad que desempeñan en sus vidas, otras según edad y sexo.

Para realizar un análisis de la composición, tomando todo lo que hasta el momento expuse, podemos ordenarlo y sintetizarlo del siguiente modo:

figura central a la cual llamamos protagonista y en ella podemos analizar la agencia (cómo se dispone a actuar) y la acción misma,

telón de fondo es el contexto que rodea al protagonista, espacio orientado

atmósfera referido al espacio humorado

caracterización de otros significativos como protagonistas secundarios, si hubiere

espacio con o sin humanos

materialidad

color

tema

afectividad a través de los puntos 3, 6 y 7

acercamiento a un diagnóstico² inicial y actual

acercamiento a un posible pronóstico³

² Diagnóstico no entendido como entidad nosológica sino como visualización y comprensión de su dinamismo existencial

³ Pronóstico: posible evolución y visualización de aspectos a modificar según criterios conjuntos entre terapeuta y paciente

Conclusión

Esta "técnica" si se me permite la expresión, resultó ser una apelación al otro dirigida a un encuentro de comunicación en otro lenguaje que no fuera únicamente el verbal.

La búsqueda de las imágenes da lugar a utilizar un lenguaje visual con contenido simbólico y altamente significativo desde el punto de vista emocional para el paciente. Este lenguaje, me pareció una forma enriquecida de intento comunicativo, ya que admite descubrir nuevas posibilidades expresivas que no están basadas únicamente en la palabra y en el entendimiento racional.

Plasmar un sentimiento a través de una imagen permitió posteriormente un acercamiento hermenéutico al intentar hacer una lectura interpretativa a la elección de las imágenes.

Cada paciente asumió con responsabilidad, libertad y compromiso, la búsqueda de sus imágenes tomadas del mundo conocido, de lo que estaba a su alcance con una nueva significación, para brindarlo a otro, en este caso a mí por ser su terapeuta.

Esta nueva alternativa brindada en la relación terapéutica resultó muy valiosa a la hora de evaluar con los pacientes qué significaban esas imágenes en el marco de su existencia llevando comprensión a la historia vivida, les dio una perspectiva de su búsqueda futura, como para arribar a otras realidades posibles, dándole un nuevo sentido a la existencia.

Resultó ser un modo novedoso de verse a sí mismo construyendo su mundo, abriendo nuevos horizontes a sus acciones, comprendiendo y comprometiéndose a que de ahora en más, puede darle otro final al cual venía sometiéndose con repetición tras repetición de un mismo discurso. Al analizar sus imágenes pudieron verse a sí mismos cómo construían su mundo y la significación que le otorgaban a esa experiencia de vida, lo cual significó un nuevo incentivo para el cambio. Les permitió apreciar una perspectiva temporal de su existencia, había un antes y un después y entre ambos un tiempo vivencial transcurrido con significaciones para sus vidas.

Para concluir quisiera aclarar que este trabajo no es un intento de evaluar científicamente un sentimiento de cambio que pudieran apreciar los pacientes, con parámetros estandarizados. Se podría objetar que correspondería utilizar algún tipo de estandarización para no llegar a conclusiones falsas o apresuradas. Pero mi intención es justamente lo contrario, nada pretendo medir sino que me basé en recurrir a la experiencia de la búsqueda de una imagen como manifestación de las propias vivencias de los pacientes y esto nunca podrá ser medido. Con la imagen estaban manifestando su vivencia actual y de cambio y cómo esto podía continuar.

La tarea del terapeuta es, siempre que le sea posible, tratar de sorprender al consultante dándole una nueva visión, diferente a la que traía, eso significa romper la trama temporal en la que venía desarrollándose, ese quiebre, dado por la sorpresa, por la curiosidad de verse distinto con una imagen que sea producto de su propia búsqueda le permite armar una nueva trama temporal, una nueva manera de contar su historia y de construir su futuro.

Análisis de las imágenes presentadas por los pacientes

Debido a la extensión de este artículo aquí solamente se mencionan dos.

Paciente F

Las imágenes que trae la paciente F corresponden al mismo momento terapéutico, la primera expresa cómo se sentía en los comienzos de su terapia y con la segunda se refiere a su situación actual

Primera imagen: tigre (tomada de Internet)



Segunda imagen: rostro femenino con ojos cerrados, maquillada y adornada (tomada de Internet)



Expresión de la paciente sobre su elección:

Al iniciar terapia: (primera imagen) *la furia de la locura, que todo lo arrebató.*

En su situación actual: *me siento en camino de mejoría, disminuyó la angustia, la rabia, recuperé el gusto por la lectura, aprendí a disfrutar.*

Datos biográficos:

Edad: 43 años

Sexo: femenino

Profesión: psicopedagoga, no trabaja

Motivo de consulta: esquizofrenia

Tiempo de tratamiento: 6 años, con seguimiento quincenal desde hace 2 años

Situación actual: medicada y compensada, continúa su tratamiento

Análisis de la primera imagen:

Elige un animal con características agresivas que está sobre una roca cuya materialidad suponemos de superficie dura, áspera y un telón de fondo verde, algo difuso que atenúa la agresividad. La imagen del espacio es clara, el tigre de contornos nítidos y el fondo borroso. La figura se muestra de frente, en actitud desafiante pero de manera pasiva ya que está echado. El rostro muestra furia que contrasta con la actitud corporal.

Análisis de la segunda imagen:

El rostro de mujer está maquillado y adornado de un modo poco natural, más bien parece algo fantaseado o preparado para alguna actuación ya que no es natural. Está con los ojos cerrados, en un ángulo izquierdo que simboliza el pasado pero dirigida hacia la derecha por lo que podemos interpretar hacia el futuro. El fondo también es difuso, las gotas de agua ponen de relieve un contexto de humedad y de mayor plasticidad.

Diferencias entre ambas imágenes:

Hace un cambio de tema, pasa de la animalidad entendida como impulsividad, agresividad, a la humanidad aunque en forma parcial (solo el rostro) y artificial (como si fuera de fantasía por los adornos que le agrega).

Lo duro y áspero se transforma en húmedo y fresco. Podemos esperar que su potencial agresividad ha dado lugar a una mayor serenidad. El telón de fondo en el primer caso es difuso, el segundo se distingue menos todavía. Da prioridad a un solo aspecto. El resto se diluye. De plano frontal pasa a plano de perfil, tal vez como modo de búsqueda de otra perspectiva en su vida. Sus ojos cerrados expresarían que aún no puede salir de su mundo fantaseado para tomar contacto con lo real. Se observa un disfrute muy personal.

Paciente A

Las imágenes que trae el paciente A corresponden a distintos momentos del tratamiento. La primera aproximadamente a los dos meses de iniciado el mismo y la segunda en los momentos actuales transcurrido el año.

1° imagen: Paisaje de plaza urbana (fotografía propia)



Expresión de la paciente sobre su elección:

Al iniciar terapia: *Armonía en un espacio urbano, no es común ver un espacio urbano vacío, es lo ambiguo que tiene, habla de mi soledad.*

2° imagen: paseo por Cataratas del Iguazú (fotografía propia)



En su situación actual:

para mí significa romper un prejuicio que yo tenía de no poder disfrutar en un lugar así. Es estético. Elegí la lancha no por la gente que implica sino para dar cuenta de la dimensión. Abrazarte a eso no tiene retorno, sería un dulce suicidio sin quererlo. Es una dimensión que supera la razón y exalta, paradójicamente, la vida.

Datos biográficos:

Edad: 49 años

Sexo: masculino

Profesión: arquitecto

Motivo de consulta: conflicto con su conciencia de autodestrucción: alcohol, cigarrillo, comida, tendencia a accidentarse, en otro tiempo probó todo tipo de drogas.

Tiempo de tratamiento: 1 año. Hizo terapia en varias oportunidades de distintas orientaciones.

Situación actual: continúa en terapia, manifiesta mejorar lentamente, no se accidentó más, disminuyó

la cantidad de cigarrillos y alcohol. Comenzó una dieta.

Análisis de la primera imagen:

Soledad en medio de la urbe, colores tenues, apagados, presencia humana por ausencia, espacio público en atmósfera de soledad. Predomina el verde que puede significar calma, es un espacio abierto dentro de una ciudad que aparece como telón de fondo. Los humanos solo se insinúan por ser un contexto urbano, es algo construido por el hombre pero sin presencia del mismo. Predomina el reino vegetal que le da frescura al cemento de las construcciones de materialidad dura.

Análisis de la segunda imagen:

Paisaje claro, se percibe la amplitud. Hay dureza dada por la roca pero la vegetación intenta cubrirla y le quita pesadez. La frescura del agua en pleno dinamismo de fluidez contrasta con los elementos rígidos, dando a la totalidad una atmósfera vital. Aparece la presencia humana dentro de una lancha que apenas se percibe en la inmensidad, dando una sensación de fragilidad pero al mismo tiempo de estar "metido en" comprometido con su entorno.

Diferencias entre ambas imágenes:

Si bien podemos considerar que el tema paisaje amplio, abierto y claro, se mantiene en ambos, cambio de algo construido por el hombre a algo en lo cual el hombre se sumerge, se entrega, forma parte, se integra, se compromete, no lo hace de forma rígida sino dinámica (agua que fluye). Hasta el color del cielo es más intenso en la segunda elección que en la primera. Por su expresión verbal pasa de la soledad al disfrute.

Bibliografía

(de parte 1 y 2)

Amuchástegui, R. (2009). Michel Foucault y la visoespacialidad, análisis y derivaciones en: <http://www.eumed.net/tesisdoctorales/2009/rha/>

Arce, B. (2010). *Psicoterapias*. Ateneo clínico-teórico en el Hospital Marie Curie

Binswanger, L. (1962). *Psiquiatría existencial*. Santiago de Chile, Chile: Universitaria.

Binswanger, L. (1972). *Tres formas de la existencia frustrada*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu.

Binswanger, L. (1973). *Artículos y conferencias escogidas*. Madrid, España: Gredos.

Boffa, O. y Guberman, M. (2011). *El test del paisaje*. Buenos Aires, Argentina: Lugar.

Ferrater Mora, J. (1975). *Diccionario de Filosofía*. Bs. As., Argentina: Sudamericana.

Duero, D. (2013). Reflexiones acerca del diagnóstico psicopatológico: Características y Supuestos Epistemológicos en los que se sustenta. *Revista Colombiana de Psicología* VOL. 22 N.º 1 ENERO-JUNIO Bogotá, Colombia, 2013, pp. 91-106.

Duero, D. (2006). Relato autobiográfico e interpretación: una concepción narrativa de la identidad personal. *Athenea Digital* – N° 9: 131-151 (primavera 2006)

Duero, D. (2015). Comunicación personal.

Foucault, M. (1984). *Enfermedad mental y personalidad*. Barcelona-Buenos Aires, España-Argentina: Paidós.

Gadamer, H. G. (1998). *Verdad y método*. Salamanca, España: Sígueme.

Gómez de Silva, G. (1999). *Breve diccionario etimológico de la lengua española*. México D. F., México: Fondo de Cultura Económica.

Guberman, M. (2004) *Símbolo y Psicoterapia*. Buenos Aires, Argentina: Lugar.

Henry, M. (2010). *Fenomenología de la vida*. Bs. As., Argentina: Universidad Nacional de Gral. Sarmiento.

López Ibor, J. J. y López Ibor Aliño, J. J. (1974). *El cuerpo y la corporalidad*. Madrid, España: Gredós.

Martínez, Y. (2012). *Filosofía existencial para terapeutas y uno que otro curioso*. S/F. México D. F., México: Lag.

Mehrabian, A. (2009). Comunicación no verbal en: <http://ccionnoverbal.blogspot.com.ar/2009/01/la-comunicacion-no-verbal.html>

Minkowski, E. (1973). *El tiempo vivido*. México D. F., México: Fondo de Cultura Económica.

Ortega Muñoz, J. F. (1999). *El río de Heráclito*. Málaga, España: Universidad de Málaga.

Rivera Medina C. y Bernal G. (2008). *La medición en el cambio psicoterapéutico: hacia una práctica psicológica basada en la evidencia y la medición*. *Revista Puertorriqueña de Psicología*. v.19. San Juan. Universidad de Puerto Rico-Río Piedras

Rispo, P. (2001). *Por las ramas de la existencia*. *Fenomenología de las modalidades del ser*. Bs. As., Argentina: F. CAPAC.

Rispo, P. y Signorelli S. (2005) *La terapia existencial*. Bs. As., Argentina: F. CAPAC.

Signorelli, S. (2011a). Las ideas de Binswanger. En *Las terapias existenciales*. Martínez, E. (comp.). Bogotá, Colombia: Manual Moderno.

Signorelli, S. (2011b). *No me olvides. La muerte para el más acá*. Bs. As., Argentina: F. CAPAC.

Straus, E. (1971). *Psicología fenomenológica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

Van Den Berg, J. H. (1963). *Metablética o teoría de las modificaciones*. Buenos Aires, Argentina: Carlos Lohlé.

Curriculum

Lic. en Psicología. UBA. Curso de Postgrado Psicodiagnóstico de Rorschach. AAPR (Asociación Argentina de Psicodiagnóstico de Rorschach). Premio Lanfranco Ciampi.

Presidenta y miembro fundador de ALPE (Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial).

Presidenta de la Fundación CAPAC. Argentina.

Miembro de jurados, miembro de comités de arbitraje, directora de programas de prevención en salud mental, par consultor en investigación, organizadora de eventos científicos, supervisora.

Directora de la Revista virtual Latinoamericana de Psicología Existencial. "Un enfoque comprensivo del ser".

Autora de (5) libros, capítulos en libros (3) y artículos en revistas científicas, en Argentina y en otros países (Brasil, Colombia, México, Perú y Reino Unido).

Miembro de honor del Primer Congreso Internacional de Psicoterapia humanista-existencial y logoterapia clínica "Persona, mundo y coexistencia" Lima. Perú. 2012.

Miembro de honor de la APPFE (Asociación Peruana de Psicología Fenomenológica Existencial). 2013.

Miembro de honor del Primer Congreso Mundial de Terapia Existencial. 2015.

contacto: funcapac@fibertel.com.ar

Fecha de presentación del artículo: 2/15

Fecha de aceptación del artículo: 3/15

TERAPIA EXISTENCIAL

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Gianfranco Buffardi
Nápoles, Italia

Traducido del original en inglés publicado en Dasein Journal, Nº 5 – 2016 por el Dr. José Martínez-Romero Gandos
(A Coruña – España, 2016)

Título original: Terapia esistenziale: domande e risposte

Publicado bajo el título: Existential therapy: questions and answers

Resumen

En el año pasado, las Terapias Existenciales en el mundo han tenido un intercambio de ideas estimulante sobre cómo debería ser definido el concepto de psicoterapia existencial. La discusión en este momento es indudablemente válida y formula varias preguntas; a algunas de ellas el I.S.U.E. ha tratado de responder.

Palabras clave:

terapia existencial – epoché - logodinámica analítico-existencial – logoanálisis conciente.

Riassunto:

Le terapie esistenziali hanno visto nell'ultimo anno uno stimolante scambio di idee su come debba essere definita la psicoterapia esistenziale. La discussione è al momento indubbiamente valida e fa sorgere diverse domande. Ad alcune di queste la ISUE ha tentato di rispondere.

Parole chiave:

terapia esistenziale – epoché – Logodinamica Analitico-Existenziale – Logoanalisi Consenziale

Abstract

In the last year, the Existential Therapies in the world have had a stimulating exchange of ideas on how the concept of existential psychotherapy should be defined. The discussion at the moment is undoubtedly valid and raises several questions; some of these the I.S.U.E. (Istituto di Scienze Umane ed Esistenziali, Naples, Italy) has tried to respond.

Keywords:

existential therapy – epoché - analytical-existential logodynamics – consensual logoanalysis

Este trabajo versa acerca de la discusión mundial sobre la definición de Terapia Existencial, discusión que comenzó de una oferta de Ernesto Spinelli. Explicamos el punto de vista del editor de Istituto di Scienze Umane Esistenziali (I.S.U.E. Nápoles, Italia). Hemos estado entrenando a terapeutas durante años y estamos convencidos que es provechoso explorar algunos conceptos que surgieron de la discusión. La pregunta clave no es *¿En qué consiste la psicoterapia existencial?* Sino *¿Cómo la psicoterapia existencial debe ser practicada?* Nuestra respuesta a esta pregunta esclarecerá el concepto apropiado de psicoterapia existencial.

Convenimos que la psicoterapia existencial ha basado su pensamiento sobre una gama enorme de principios de la filosofía existencial: ¿pero cuáles son los principios más importantes? También convenimos que la metodología principal en la psicoterapia existencial es la fenomenología: pero ¿qué tipo de fenomenología debemos usar en la práctica? La relación es el elemento crucial en nuestra psicoterapia: pero el diálogo implica todos los mundos de lo individual *Umwelt, Mitwelt, Überwelt* (Spinelli, 2015) favoreciendo el crecimiento del *Eigenwelt* y la ampliación de los mapas internos. (Tal como expresara Ernesto Spinelli "la visión del mundo": es decir, la experiencia reflexiva en curso de la existencia de la persona⁴ (Spinelli, 2015). Stephen Diamond habla sobre una premisa poco atractiva⁵ (Diamond, 2015): ¿cómo pueden las premisas ser evitadas? (Como Gadamer dijo, aún la premisa de no tener una premisa (Gadamer, 1983).

Las opciones formuladas en nuestra escuela tratan en parte, responder a estas preguntas.

⁴ Spinelli E.: communication in world discussion, April 4° 2015.

⁵ Diamond S.: communication in world discussion, April 4° 2015.

Los principios filosóficos más importantes están relacionados con el concepto Kierkegardiano del individuo y al reemplazo del concepto Aquiniano de *agere sequitur esse*⁶ (See Reale G.-Antiseri D, 2008) para llegar a un concepto que podría ser expresado como "*agere iguala existere igala esse*".

Para nosotros el aspecto del entrenamiento es el más importante. La posibilidad de reducir los presupuestos está unida a la capacidad del psicoterapeuta de alcanzar la *epoché*; en nuestros cursos logramos conseguir que nuestros estudiantes trabajen mucho sobre su capacidad de suspender el juicio. Asimismo, una parte importante de los entrenamientos está referido a los aspectos específicos de la psicoterapia; son aquellos acontecimientos y/o elementos procesales de metodología psicoterapéutica no vinculada a los rasgos específicos del modelo de referencia, p. ej. aquellos rasgos conductuales de los actores, en una relación de ayuda, no evaluada por el modelo de referencia.

- Los factores específicos de las psicoterapias son éticamente más válidos que los factores concretos (vinculados al modelo).

- Los factores específicos de las psicoterapias tienen un contenido terapéutico intrínseco propio.

- Los factores específicos de las psicoterapias están también activos en la mayor parte de las profesiones de ayuda.

Podemos distinguir entre los factores específicos, unidos sobre todo a la persona que es aconsejada, de parte del terapeuta, aquellos que pertenecen a la configuración de los que pertenecen a la relación terapéutica, en el más amplio sentido. En nuestro acercamiento clínico hemos reconocido el valor de trabajar sobre éstas tres dimensiones:

1 -SENSACIÓN / EMOCIÓN / REFLEXIÓN (dimensión de *Elaboración*)

2. IMPULSOS / ASPIRACIONES / DECISIONES (dimensión de *Intención*)

3. PASADO / ACTUALIDAD / HIC ET NUNC (dimensión de *Temporización*) (Brancaleone, 1999).

Elaboración

Cuando elaboran las entradas 'de la realidad' externa e interna, todos los individuos humanos son sujetos con sensaciones / percepciones, sentimientos de sentido/emociones y tienen la posibilidad de formular pensamientos/reflexiones. Así la Sensación ("lo que percibo"), la Emoción ("lo que siento"), la Reflexión ("lo que pienso") constituyen los tres ámbitos fundamentales, en relación con la capacidad de elaboración, dentro de lo existivo individual (lo óntico. N. T.)

El ámbito relacionado con las sensaciones está mediatizado sobre todo por la estructura somato-psíquica. Relacionando esto con las emociones (tanto más cuando) también se lo relacionó expresamente con la reflexión mediada por la estructura psico-noética, dentro de la cual el sistema de valores, significados y objetivos a los cuales el individuo tiende

a conformarse (a menudo inconscientemente) tiene importancia fundamental.

Intención

El ser humano es un ser intencional (en - tendere = que tiende hacia). Dentro de la dimensión de intencionalidad el ser humano está sujeto a inevitables excitaciones/impulsos, experimenta deseos/aspiraciones en un nivel más o menos inconsciente y, sobre la base de tales impulsos y aspiraciones, tiende a tomar las decisiones que, en el nivel conductual, orientan al individuo en la concreta realidad existiva. El ámbito relacionado con impulsos es mediado sobre todo por la estructura somática psíquica. Esto relacionado con aspiraciones (y más aún) cuando se relaciona con decisiones expresamente, es mediado por la estructura psico-noética, dentro de la cual el sistema de valores, significados y objetivos a los cuales el individuo tiende a conformarse (a menudo inconscientemente) tiene importancia fundamental.

Temporización

Cada individuo tiene su propia historia; los individuos están sumergidos en un contexto de relación espacio-temporal específico y constantemente proyectados en el futuro. Se expresan en la urgencia del hic et nunc: el tiempo pasado, el tiempo presente y el tiempo inmediato constituyen la dimensión de aplazamiento.

La Analítica Existencial Logodinámica puede ser vista como un uso metódico del Logoanálisis de la Conciencia dentro de los ámbitos relacionados con las dimensiones de Elaboración (Sensación/Emoción/Reflexión), la Intención (Impulsos/Aspiraciones/Decisiones) y la Temporización (Pasado/actualidad/Hic et Nunc). El Logoanálisis de la Conciencia es una metodología comunicativa diseñada para actualizar y clarificar la "estructura profunda" de la comunicación subyacente a la "estructura superficial" propiciando la comunicación individual del paciente.

Este uso metódico del Análisis de la Conciencia dentro de estos ámbitos (la Elaboración, la Intención, el Aplazamiento) va a facilitar la emersión junto a la posible reestructuración y una nueva calibración del sistema subyacente de valores, significados y objetivos, que actúan como una orientación en el existencial concreto de cada ser humano, dotado no sólo con las dimensiones somáticas y psíquicas sino también con la peculiar dimensión noética.

Este acercamiento fenomenológico implica cumplir constantemente con la tentativa de mejorar la comunicación, para adquirir las actitudes que faciliten la mayor *epoché* posible, que es una suspensión de juicio, no una ausencia de este. En la práctica terapéutica la suspensión de juicio de parte del observador puede ser apropiada para el terapeuta, que entre sus recursos tiene el de transferir esto a la persona, permitiendo a éste aprenderlo y suspender "el juicio" sobre su experiencia pasada "y distanciarse" de ello. Que puede pasar o no puede pasar, tal vez sí,

⁶ See Reale G.-Antiseri D.: *Storia della Filosofia, III vol. Patristica e Scolastica*; Bompiani, Milano 2008.

tal vez no. La posibilidad es diferente del determinismo de la verdad: A es A, pero también es diferente del indeterminismo: A puede estar en un sitio y ser al mismo tiempo A, B, C, D etc. La *epoché* representa ese momento de asesoramiento en el cual el consejero no permite que su presencia afecte, pero abandona el consejo para que cada uno llegue a sus propias conclusiones, ayudando con preguntas que pertenecen al método logeoanalítico.

Para exponer esto muy brevemente, nuestra posición es que la definición de psicoterapia existencial debe incluir el concepto de que el psicoterapeuta existencial es un profesional que ha sido entrenado para adquirir una actitud mental que tiene pocos presupuestos en el vis à con el cliente, que no es crítica y que esto favorece la extensión y la renovación de su mirada universal de una manera autónoma (esto obviamente va mucho más allá del objetivo de la psicoterapia).

Referencias

- Brancaleone F, Buffardi G, Traversa G. (2008). *Helping*. Caserta, Italia: Melagrana.
Brancaleone F. (1996). *Logodinamica Generativo-trasformativa*. Caserta, Italia: OFB editing.

- Buffardi G, Buffardi RM. (2013). *L'epoché: un contributo filosofico alle professioni d'aiuto*; Rivista Italiana di Counseling Filosofico, n° 9.
Gadamer G. (1983). *Verità e método*. Milano, Italia: cur. G. Vattimo, Bompiani.
Reale G-Antiseri D: *Storia della Filosofia, III vol. Patristica e Scolastica*. (2009). Milano, Italia: Bompiani.
Sartre JP. (2008). *L'essere e il Nulla*. Milano, Italia: Il Saggiatore.
Spinelli E. (2015). *Practising Existential Therapy*. London, UK: Sage.
Van Deuzen E. (2012). *Existential counseling & psychotherapy in practice*. London. UK: Sage.

Curriculum

Médico psiquiatra, habilitado en Psicología, Psicoterapeuta, Dr. en Filosofía, Dr. en Bioética, Director U.O.S.M. distr.san.13 ASL Caserta, Profesor Contratado UER e APRA Roma. Presidente del Instituto de Ciencias Humanas y Existenciales, Nápoles. Website www.isue.it

Contacto: gbuffardi@isue.it

Fecha de presentación del artículo: 2/16

Fecha de aceptación del artículo: 3/16

DESARROLLOS DE LA TERAPIA EXISTENCIAL EN LATINOAMÉRICA

Susana Signorelli (Argentina) y
Yaqui Andrés Martínez Robles (México)

El presente trabajo será publicado en el capítulo dedicado a Latinoamérica en el Manual de Terapia Existencial a ser editado en Londres, Reino Unido.

Resumen:

La Terapia Existencial, desde comienzos del siglo XXI, ha tenido nuevos progresos en gran parte de Latinoamérica. En este artículo expondremos sus lineamientos generales y más específicamente los desarrollos que vienen realizándose en Argentina y en México.

Palabras clave: Terapia Existencial, Latinoamérica, ALPE

Abstract:

From early XXI century Existential Therapy has been progressing in great parts of Latin America. This article exposes its general principles and, more specifically, its development in Argentina and Mexico.

Key words: Existential Therapy, Latin America, ALPE.

INTRODUCCIÓN

Actualmente resulta cada vez más claro que la Terapia Existencial (TE) no es un enfoque unificado. Existen múltiples estilos y diversos enfoques de aproximación, tanto teórica como prácticamente. Esta es una realidad tanto en Latinoamérica como en el mundo entero.

Ello también es aplicable a casi cualquier enfoque terapéutico, así como a enfoques sociológicos, históricos, antropológicos, etc. Sin embargo, esta característica es interesante en la TE, ya que ha estado presente desde sus orígenes e, incluso, desde la llamada: *filosofía existencial*. Este movimiento, tanto en filosofía como en psicología y en terapia, se caracteriza por no tener *un solo padre fundador*, por lo que resulta difícil seguir un modelo específico. Al mismo tiempo, desde sus orígenes, ha sido un enfoque rebelde a la *ortodoxia*.

Nos gustaría aclarar que no nos estamos refiriendo a enfoques terapéuticos de *orientación existencial en general* –lo que nos llevaría a incluir enfoques como la Logoterapia, la Terapia Gestalt y probablemente algunos otros de la corriente humanista,–; nos referimos específicamente a formas de terapia que se

identifican (o son así identificadas por quienes las desarrollan y practican) como *Terapia Existencial*, o más específicamente: *Terapia Existencial-Fenomenológica*.

Por otra parte, independientemente del campo de conocimiento o del tipo de experiencia al que hagamos referencia, la *diversidad* reclama cada vez más ser reconocida. Las diversas voces, por minoritarias que parezcan, brillan mostrando su unicidad y su aportación particular. El siglo XXI se enmarca, en parte, por el reconocimiento de la paradoja de que la “mayoría”, es en realidad sólo una minoría comparada con la gran cantidad de minorías existentes. Se podría decir que: hay tantas *minorías*, que el concepto de *mayoría* está empezando a quedar en el absurdo. Esto ocurre en el mundo entero y en todos los campos. Ni Latinoamérica, ni el campo específico de la TE son la excepción.

La historia del movimiento latinoamericano interesado en la TE ha sido compleja, ya que se inició de forma independiente en los diferentes países y sin mucha conexión entre sí (Martínez Robles & Signorelli, 2015). Los terapeutas existenciales somos minoría y sufrimos lo que cualquier minoría sufre: somos poco considerados por otros terapeutas, las universidades dedican poco o ningún lugar dentro de su mapa curricular para temáticas referentes a la TE, por lo cual la formación de los profesionales es insuficiente respecto a nuestro enfoque, o incluso es desconocida por muchos. La bibliografía en español no está actualizada, ni los libros escritos por latinoamericanos son traducidos a otros idiomas, lo cual nos aísla del resto del mundo. Además los propios latinoamericanos, acostumbrados a años de dominación económica y cultural, desvalorizamos nuestras producciones frente a la de los países anglosajones.

En los albores del siglo XXI, las diversas minorías hemos empezado a comunicarnos unas con otras, organizando eventos académicos, aprendiendo unas de otras, compartiendo nuestras diferentes perspectivas. Los diversos países tienen desarrollos originales que merecen ser conocidos más allá de sus fronteras geográficas. Algunos autores y pensadores con

reconocimiento internacional, mencionan que los desarrollos latinoamericanos son una buena carta, para el futuro de la TE en el mundo (du Plock & van Deurzen, 2015);(Spinelli, 2015; en comunicación personal).

En anteriores escritos, los autores del presente artículo hemos presentado parte de las propuestas latinoamericanas dentro del terreno de la TE, subrayando tanto las diferencias como las similitudes (Martínez Robles & Signorelli, 2011; Martínez Robles & Signorelli, 2015; Martínez Robles Y. , 2015). Sin embargo, es común que en países fuera de Latinoamérica, estas propuestas sean pensadas como si se tratara de una sola perspectiva, una sola voz. Como si fuera un solo país con UNA manera de pensar, una misma idiosincrasia; a pesar de tratarse de países diferentes, con características socioculturales distintas. Latinoamérica abarca 20 países de habla hispana y portuguesa que se encuentran en América del norte, central (incluido el Caribe), y sur.

Sin duda hay aspectos compartidos que la realidad latinoamericana ha impuesto sobre las culturas específicas de los diferentes países. Dichos aspectos alcanzan cada uno de los ambientes políticos, económicos, académicos, artísticos y culturales.

Compartimos una experiencia de *hermandad* entre nuestros pueblos por haber experimentado procesos históricos semejantes: como la experiencia de haber sido conquistados y colonizados por pueblos Europeos hace aproximadamente 500 años; el haber experimentado –y en algunos casos continuar experimentando– luchas y peleas, en ocasiones altamente belicosas y violentas, por la independencia de los colonizadores, o por inconformidades con manejos políticos por parte de los gobernantes; guerras civiles, revoluciones, dictaduras; al igual que otros procesos socio-culturales, económicos y políticos semejantes cómo: pobreza, desigualdad de oportunidades con la consecuente injusticia social, notorias diferencias entre las clases sociales para el acceso a una educación de calidad, a la salud, a la justicia, etc.; otros factores comunes son la inseguridad, la corrupción política y la impunidad. Se trata de experiencias a lo largo de los siglos, que forman parte de la construcción de la identidad nacional de cada uno de nuestros países. Los terapeutas existenciales latinoamericanos nos debatimos con estos problemas constantemente, tanto en carne propia como a través de nuestros consultantes.

Sin embargo, al mismo tiempo cada uno de nuestros países ha mostrado un desarrollo independiente, lo que le otorga rasgos de identidad únicos. No obstante, como mencionamos anteriormente, en ocasiones los países europeos y/o sajones miran la realidad latinoamericana sin diferenciarla; sin reconocer la

unicidad de las diferentes culturas e idiosincrasias de los diferentes países, lo que muchas veces resulta incómodo o hasta hiriente, ya que no hay un pleno reconocimiento de la identidad y cultura de cada país.

Es por ello que aun cuando las diversas propuestas latinoamericanas sobre la TE se han desarrollado con relaciones amistosas y fraternas entre sí, nos parece importante destacar que *no tenemos la misma perspectiva*.

Entre las varias perspectivas latinoamericanas en terapia existencial que existen en la actualidad se encuentran, por ejemplo (en orden alfabético por países): la Argentina, liderada por Pablo Rispo (e.p.d.), Susana Signorelli, Marta Guberman, Teresa Glikin, y Esperanza Abadjieff. Las diversas escuelas de Brasil, una de las más importantes es liderada por Ana María Lopez Calvo de Feijoo, y Myriam Protasio. La línea chileno-brasileña por Emilio Romero. La Colombiana por Alberto de Castro. La de México por Yaqui Andrés Martínez Robles. Y la de Perú, por Ramiro Gómez. Cada una de las anteriores tiene su propia identidad y no es asimilable a las otras.⁷

Ante la diversidad de propuestas, en el año 2010 nació la Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial (ALPE), agrupación de países e instituciones latinoamericanas que nos interesamos por compartir, estudiar, investigar, entrenar y desarrollar la perspectiva existencial y fenomenológica de la psicología y terapia. Hemos organizado 7 congresos internacionales y publicamos semestralmente la *Revista Latinoamericana de Psicología Existencial: Un enfoque comprensivo del Ser*, de la que ya se han publicado 11 ejemplares.

Si hay algo que nos une, es el interés por mantenernos en diálogo y colaboración, aprendiendo tanto de nuestras diferencias y como de nuestras similitudes.

En el presente escrito intentaremos clarificar las características de dos de las principales perspectivas latinoamericanas en TE, la Argentina y la Mexicana, subrayando algunos de los aspectos que las hacen únicas. Evidentemente, tratar de resumir todo un enfoque terapéutico en el espacio disponible es una tarea imposible. Sin embargo, esperamos que con esta primera aproximación, algunos planteamientos básicos sean claros para el lector.

Empezaremos con la perspectiva Argentina, encabezada por Pablo Rispo y Susana Signorelli.

LA TERAPIA EXISTENCIAL EN ARGENTINA

La propuesta existencial en Argentina tiene una larga tradición. Corría la década del 50 cuando

⁷ Ver (Martínez Robles & Signorelli, 2011) para una profundización en las propuestas de Rispo-Signorelli y Romero.

comienza a formarse un grupo de psiquiatras interesados por aplicar los conceptos de los filósofos existenciales a la práctica terapéutica.

Ya en la década del 60 uno de los precursores de la terapia existencial en Argentina fue Pablo Rispo, psiquiatra de origen italiano, quien ha tendido una larga trayectoria formando profesionales tanto médicos psiquiatras como psicólogos, en los claustros universitarios y en forma privada.

Dentro de la línea existencial, de la cual nunca se apartó, fue dándole su propia impronta.

Como todo pensador existencial, no siguió la línea de un solo autor, sino de varios. Entre ellos lo inspiraron: Husserl, Heidegger y Sartre, desde el plano filosófico y Binswanger y Minkowski desde lo estrictamente terapéutico, incluyendo los aportes de muchos otros. Una de sus alumnas y más tarde su esposa fue Susana, una de los autores del presente artículo. Juntos fueron ideando lo que se constituiría en el modelo terapéutico que enseñaron y aplicaron en Argentina en la Fundación CAPAC (Centro de Actividades Psicológicas Asistenciales Comunitarias) que a su vez fundaron. Si bien en Argentina hubo y hay otros terapeutas existenciales, no han creado escuela por eso este modelo puede considerarse como la escuela de terapia existencial de Argentina.

Este enfoque privilegia la relación terapéutica como encuentro, en la cual la presencia y el compromiso del terapeuta marcan una profunda diferencia con otras corrientes. El encuentro está basado en una relación de amor, donde uno y otro de los protagonistas se presentan como coexistentes. Parten de la máxima distancialidad, ya que son seres que no se conocen para llegar a un nosotros terapéutico, en un clima de intimidad afectiva.

El análisis de la relación es uno de los pilares de la terapia existencial. Cómo se desarrolla el vínculo va a depender de la creatividad del terapeuta y de su propia modalidad de estar abierto a la incertidumbre de lo desconocido y a dejarse sorprender por el otro y a su vez a promover sorpresa en el otro. Lo reiterativo es enemigo del cambio y de la apertura hacia lo nuevo.

La mirada del terapeuta está más puesta en el cómo se expresa un paciente⁸ que en lo que expresa, en cómo experimenta su existencia.

⁸ En Argentina utilizamos la palabra paciente y no cliente, para designar a quien acude a realizar una terapia. La palabra cliente tiene un significado muy relacionado a la actividad comercial y/o a la venta de servicios, tal es el caso de la actividad de abogados y contadores. Los terapeutas consideran que no venden ningún servicio y no establecen con sus pacientes ningún tipo de actividad comercial, aunque haya dinero de por medio. Llamarlo paciente tampoco implica que se lo considere enfermo sino alguien que padece, que sufre.

Es una terapia que valora, exalta e insta a ser un ser libre y responsable.

La terapia existencial interviene en todos los temas propios de la existencia, por propios entendemos los ineludibles y los que ningún otro ser viviente tiene conciencia de ellos ni tiene que asumir: vida, muerte, sufrimiento, libertad, responsabilidad personal y social, vínculos, etc.

Tienen en cuenta el despliegue espacio-temporal del consultante y el que mutuamente construyen, ya que en el encuentro se crea un nuevo espacio y un nuevo tiempo. En cuanto al eje temporal privilegia el presente y el futuro, pues los cambios del presente delimitan un futuro diferente y a su vez el futuro insta a que modifique la realidad actual. El hombre es el único ser que construye futuro hasta para cuando no esté.

Los métodos que utilizan son el fenomenológico, el comprensivo, el hermenéutico y cualquier otro instrumento o técnica que la propia creatividad del terapeuta pueda aportar para favorecer la comunicación con el paciente y ampliar su horizonte de posibilidades. La terapia existencial no se basa en técnicas pero las puede utilizar con un sentido creativo y espontáneo.

Cuales quieran sean las metodologías o técnicas utilizadas con una perspectiva existencial, permiten ampliar la visión de mundo del terapeuta sobre lo que el paciente pueda expresar en los distintos lenguajes a los que dichos instrumentos dan acceso. A su vez, al tener una mayor comprensión del mundo del paciente le permite al terapeuta en diálogo con su consultante, compartir estos nuevos "saberes", lo cual, a su vez, le permitirá al paciente ampliar su conciencia y responsabilidad sobre sus elecciones.

Algo importante a destacar es que la modalidad del terapeuta, en la apelación al otro para el encuentro, hace que cada terapia tenga sus propias peculiaridades, justamente no se caracteriza por aplicar los mismos métodos o técnicas para todos los pacientes.

Un tema muy discutido por los terapeutas existenciales y que no han llegado a un acuerdo es preguntarse qué deben hacer frente a los síntomas que presenta un paciente.

Las personas, en la mayoría de los casos, concurren a terapia porque se sienten angustiados, no siempre tienen una patología claramente definida por los manuales psiquiátricos o tienen una combinación de síntomas pero que no definen ningún cuadro psicopatológico, esto no implica que esos síntomas no enmascaren problemáticas existenciales que resultan difíciles de revolver o tan siquiera de plantearse, otras veces, las menos, concurren porque desean hacer frente a cuestiones existenciales.

Respecto a los síntomas y a cómo encararlos, Rispo y Signorelli parten de una descripción

fenomenológica de los mismos y según de qué se trate, buscarán aliviarlos sin por ello descuidar e indagar sobre la experiencia del paciente para encontrar su significación y sentido y con esto lograr la comprensión de la existencia en su totalidad.

La mitigación inmediata de los síntomas no existe ni siquiera para la terapia farmacológica, nada ni nadie calma la angustia de un momento a otro. Tampoco esa es la propuesta de los terapeutas existenciales, por concebir a la angustia como motivadora para el cambio. Pero debemos tener en cuenta que hay niveles de angustia tan grandes que sufren algunas personas con quienes se hace imposible cualquier intento de diálogo. Ejemplo de ello puede ser un intenso deseo de suicidarse e incluso ya haberlo intentado o una persona en pleno brote esquizofrénico o sin ser tan extremo, en pleno ataque de pánico. En esos casos recomiendan recurrir a otros métodos terapéuticos y una vez resulta la crisis puntual, incluso al mismo tiempo, continuar con la visión de mundo que tenga cada terapeuta de la propia terapia existencial que ejerza. Una no invalida la otra.

En resumen si bien no privilegia la mitigación inmediata de los síntomas tampoco debe olvidarse de los recursos que ofrecen otras ciencias.

Es una terapia que puede estar dirigida y ser aplicada para todo tipo de personas en cualquiera de las circunstancias en que la existencia ha sido conmovida para que el ser se recupere de la alienación en la que vive y recobre su humanidad. De este modo podrá contribuir para que no solo se asuma auténticamente como un ser individual sino como un ser social.

Rispo y Signorelli diseñaron un modelo terapéutico basado en la visión existencial recién explicitada. Otros terapeutas existenciales latinoamericanos tienen sus propias formas de llevar adelante la relación terapéutica.

Siguiendo a Binswanger, Rispo expresó que todo encuentro tiene un aspecto ético (todo encuentro está basado en valores), estético (todo encuentro tiene su belleza y afecta la sensibilidad) e histórico (todo encuentro deja su huella en cada uno y hasta en el porvenir de ellos mismos y de otros).

La relación terapéutica se establece en un aquí, ahora y entre nosotros. El aquí, dado por el espacio que comparten, el ahora, referido a la dimensión temporal del encuentro y el entre nosotros, referido a la relación dual donde se teje una trama afectiva, que además implica a la sociedad de la cual ambos forman parte, tanto el *vorwelt* como el *überwelt*.

Basan la forma de hacer terapia en los postulados existenciales del ser-con-otro y para-otro, dándole especial importancia a la terapia grupal, sin por ello descuidar o desmerecer otro tipo de encuentro terapéutico.

Rispo planteó que si el ser humano desde que nace y es arrojado al mundo, lo hace en un medio social, en un mundo con los otros, era menester implementar esta otredad en la terapia. Desde la concepción hay un otro (dos) que lo concibieron, un otro que lo pare y al parirlo lo recibe en el mundo. Recibirlo implica, por parte de quien lo pare o de quien se haga cargo de él, un largo período en el cual le brinde alimento y afecto para que el ser crezca y se desarrolle. Sin el otro la vida no es posible, sin el otro que le permita mundanizar, muere. Finalmente, en el mejor de los casos vivirá en una familia, en una sociedad, en un lugar y en un momento histórico de toda la humanidad.

En el transcurso de su vida se relacionará con otros, sin importar la calidad del vínculo, el otro siempre estará presente aunque solo sea por una presencia por ausencia y cuando muere, generalmente termina entre otros muertos. O sea, desde que nace hasta que muere el ser humano es un ser social, más aún, es un ser coexistencial. Para constituirse un yo es necesario un tú previo y hasta en el origen biológico del ser humano es indispensable la unión de dos células (espermatozoide y óvulo) provenientes de dos cuerpos bien diferenciados (hombre y mujer). Además la propia fragilidad al nacer hace que para que la existencia, o mejor aún, para que la vida sea posible, alguien lo tiene que recibir con toda la humanidad para transmitir, en otras palabras, desde la *lebenswelt* hay un tú.

Entonces si la coexistencia hace posible la existencia y a su vez es inseparable una de otra, que se completan en un marco más amplio que es la comunidad de seres, se preguntaron ¿por qué en terapia existencial tendríamos que excluir ese aspecto esencial en la vida de las personas? ¿Por qué tendría que quedar solo reducido a una relación entre dos? ¿Por qué no darle ese lugar a los otros dentro del mismo marco terapéutico, a los otros presentes en un aquí y ahora? La terapia de grupo no es más que la manifestación de esta concepción del hombre como ser-en-el-mundo-con-los-otros. El ser no sólo se relaciona con otro ser sino con múltiples seres que le devuelven con las diversas miradas una mayor perspectiva de sí mismo, los otros amplían la perspectiva del propio ser lo cual le permite el despliegue de un sinnúmero de posibilidades.

El allá-entonces-y-entre-otros que suele ocurrir en otras terapias es suplantado por el aquí-ahora-y-entre-nosotros-siendo-juntos-afectivamente que facilitará una nueva génesis de sentido.

Por *allá* se refieren a otro espacio, el paciente habla de algo acontecido en otro lugar, *entonces* se refiere a un tiempo pasado, a algo que ya ocurrió y *entre otros* se refiere a las relaciones del paciente establecidas con otros no presentes. En ese tipo de terapias, el terapeuta se ofrece como pantalla o como escucha pero no se involucra en el vínculo con su paciente, no va más allá del

análisis de la transferencia, no se siente implicado en la relación, no hace énfasis en el encuentro como posibilitador de cambios. En el aquí-ahora y entre-nosotros, el acento está puesto en lo que ocurre en la relación.

Una de las maneras que estructuraron para lograr ese objetivo con la terapia grupal fue instrumentar el uso de luces, música y dramatizaciones, propiciadores de otras formas de expresión en una conjunción donde se plasman temáticas fundamentales de la existencia: espacialidad, luminosidad, (a través de las luces, producen una ambientación particular, el espacio se transforma en humorado) temporalidad, (a través de la música con su ritmo, sus sonidos y sus silencios, se despliega en un tiempo que resulta ser humorado) corporalidad, espontaneidad, libertad, autenticidad (a través de las dramatizaciones, sin libreto ni indicaciones terapéuticas para dar lugar al cuerpo en movimiento, al cuerpo vivenciado).

Ejemplo: un cliente cuenta en terapia de grupo su experiencia de haber sido torturado en la época de la represión cuando Argentina estaba sometida a gobiernos militares. Se lo invita al paciente a que exprese lo que siente, accede y se dirige al espacio destinado para las dramatizaciones que está dentro del espacio donde se desarrolla la terapia de grupo. Se para en el centro. El terapeuta apaga las luces del sector donde están ubicados el resto de los pacientes e ilumina con un foco central de luz blanca al paciente, como fondo musical elige una música estridente donde se escuchan gritos. Luz y música marcan aún más el clima de tensión que se venía generando. El terapeuta, a la vista de todos, se acerca al paciente que se mantiene muy ensimismado y quieto, se ubica a la espalda del paciente y lo toma con los brazos de sus brazos sujetándolo, como si el paciente estuviera atado. El paciente grita desesperadamente como si lo estuvieran torturando y rompe en un llanto prolongado. El terapeuta se retira, todos se acercan, algunos lloran y lo abrazan. El terapeuta enciende las luces propias del ambiente y una vez que todos se han calmados hablan de esa experiencia. El paciente manifestó que era la primera vez en su vida que pudo compartir en un ambiente rodeado de afecto, su intimidad tan dolorosa.

Asimismo propician cualquier tipo de manifestación creativa de los pacientes en el intento de dar a conocer su mundo. Pueden traer a la terapia, sus músicas significativas, fotos, pinturas, si han viajado, traen algún chocolate o regalo para cada uno, etc. Se destaca el valor y significado que le dan a esas situaciones en sus vidas o bien solamente se comparten.

También utilizan el uso del humor como un posibilitador de climas afectivos. Como el vínculo

entre terapeutas y pacientes es espontáneo, el humor surge del mismo modo. Generalmente son los terapeutas quienes los promueven con chistes acorde a lo que se habla y luego, son los mismos pacientes quienes salen al paso con comentarios risueños. Esto da lugar a mitigar los dramas de la vida sin por ello quitarles valor y este clima de distensión creado, facilita atreverse a planteos más profundos.

Otra de las posibilidades que ofrece este enfoque es concebir a la terapia como modelo de cambio social, ya que al cambiar junto a otros, al visualizar al otro como parte de mi ser, me comprometo con la humanidad toda, entonces realizar trabajos comunitarios, extramuros del consultorio, muchas veces con los mismos pacientes, o ellos mismos por su propia cuenta, se transformó en el vehículo que posibilitó desplegar el ser-para-el-otro. Estar abierto al otro, estar a disponibilidad del otro, ser un ser comprometido, no puede ser solo un slogan bonito de la terapia existencial, tiene que realizarse en acciones, una "terapia a puertas abiertas" facilita esa posibilidad. El terapeuta existencial puede ser un propiciador de esa apertura. Desde la Fundación CAPAC, Rispo y Signorelli junto a sus pacientes han desarrollado un sinfín de actividades comunitarias.

Tanto a la terapia grupal como a las acciones comunitarias, Signorelli les dio el nombre de terapia a *puertas abiertas*. Las terapias en general se caracterizan por mantener un espacio privado, íntimo, a puertas cerradas que no niega sino que incluye otro aspecto que es la apertura al otro como conciencia de nuestro ser coexistencial.

ESCUELA MEXICANA DE TERAPIA EXISTENCIAL

Ante las diferencias de las aproximaciones a la TE en Latinoamérica, en México nos preguntamos cómo podíamos organizar las diversas posturas, para poder sentarnos en la misma mesa de diálogo y aprender unos de otros, incluso ante posiciones que a simple vista podrían parecer irreconciliables.

Ante tal diversidad de perspectivas, es posible utilizar un esquema⁹ tripartito que facilite comprender las posturas, facilitando la comunicación y diálogo entre nuestras diferencias. Durante mi participación en el 1er

⁹ Como cualquier esquema, resulta limitante y reduccionista, además de rígido. La propuesta de este esquema tiene finalidades principalmente didácticas y de organización, para lograr diálogos enriquecedores en nuestras posturas, aun con nuestras diferencias.

Congreso Mundial de TE (realizado en Londres en el 2015), pude percatarme de que dicho esquema puede ayudar a comprender y dialogar entre las múltiples perspectivas que se presentaron, provenientes de todo el mundo.

El esquema propone que hay tres diferentes aproximaciones/orientaciones en el campo de la TE, cada una de las cuales se distingue de las otras principalmente por sus objetivos y propósitos, lo que le lleva a desarrollar distintas formas de metodología y práctica:

- A) **ORIENTACIÓN CLÍNICA.**- esta forma de TE es la más cercana a la psicología clínica. Se trata de una aproximación cuyo interés suele apoyarse en criterios diagnósticos y, por lo tanto, puede desarrollarse con cercanía a las instituciones de salud. De los tres modelos, es el que más comúnmente recurre al uso de técnicas, ya sean originales o tomadas de otros modelos psicológicos –que generalmente se adaptan para ligarse de forma cercana a la fenomenología existencial–, para apoyarse en la búsqueda de sus objetivos, los cuales suelen ser más o menos específicos de acuerdo con criterios de salud mental o psicológica.
- B) **ORIENTACIÓN EDUCATIVA.**- consiste en el interés por facilitar o promover formas de existencia más satisfactorias para aquellos que solicitan la terapia. Generalmente, dichas formas “más plenas” son vistas a través de los lentes del pensamiento existencial. Por ejemplo, se considera mejor o más conveniente, vivir haciendo frente a los aspectos propios de la existencia que generan angustia, como la muerte, la soledad, la búsqueda de un sentido, etc.; que huyendo de ellos. Del mismo modo, experimentar relaciones interpersonales auténticas, se considera más adecuado que lo opuesto. Por tanto, la tarea del terapeuta consiste en facilitar al consultante el acercamiento a las metas mencionadas.
- C) **ORIENTACIÓN EXPLORATORIA.**- esta última forma de aproximación subraya la tarea terapéutica como principalmente una investigación dialógica y colaborativa, basada en la fenomenología existencial y hermenéutica. En otras palabras, una exploración de la situación existencial, inter-relacional del consultante, como ser-en-el-mundo en la que, junto con su terapeuta, el consultante revisa no sólo sus relaciones con el mundo y con los otros, sino también la relación consigo mismo y con su terapeuta. En este modelo no hay un objetivo específico a cumplir. Las tareas

de este modelo serán descritas aquí mismo, más adelante.

Evidentemente, las diferentes propuestas existenciales pueden abarcar una, dos, o las tres formas Orientaciones. Cada modelo podría realizar su propia mezcla entre las opciones, y enfatizar aquello que le parezca más conveniente para cada contexto. Así mismo, pueden haber modelos que desarrollen una sola Orientación. La mayoría de las aproximaciones en TE utilizan la *exploración fenomenológica*, mas lo hacen con diferentes énfasis: énfasis en el alivio de los síntomas o algún tipo de psicopatología (Clínica); en la mejora de la existencia o de la conciencia de la misma (Educativa); en la exploración misma, por considerar esta una acción valiosa (Exploratoria).

La *Escuela Mexicana de Terapia Existencial*, al menos en el estilo que desarrollamos en el *Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial*, es un enfoque que intenta desarrollarse de manera (casi) exclusiva en la Orientación Exploratoria. Aunque algunos practicantes, debido al contexto particular, pueden apoyarse en alguna de las otras Orientaciones.

Esto significa, en un primer lugar, que consideramos la TE como una conversación de naturaleza filosófica. Es decir, que el objetivo no es “reparador” ni “corrector”. El terapeuta existencial de la escuela mexicana renuncia a cualquier objetivo de sanar, mejorar, enseñar, promover maduración, o facilitar formas de existencia más plenas o satisfactorias. En general, se renuncia a desear conducir al consultante hacia cualquier punto “ideal”, o que se considere “mejor” en algún sentido, con respecto al punto en el que se encuentra.

No hay ninguna meta establecida a priori del proceso terapéutico, más allá de co-construir una relación cuya calidad permita explorar y analizar conjuntamente, la existencia inter-relacional del consultante.

Las tareas de un terapeuta existencial en esta 3ª Orientación, podrían resumirse en las siguientes cuatro acciones:

1.- Explorar.- consiste en comenzar el trabajo terapéutico a través de preguntas que intentan promover que el terapeuta se acerque a comprender la perspectiva de su consultante, verificando constantemente si su comprensión se aproxima a la experiencia que le es narrada. Se realiza con una *actitud fenomenológica*, mostrando interés por parte del terapeuta para acercarse a comprender, y reconociendo que, por muchos estudios y experiencias que posea en torno a la temática que se le plantea, siempre será un principiante, en lo que se refiere a las experiencias de su consultante.

2.- Analizar.- a través de esta acción, el trabajo se centra en los significados que construyen la experiencia del consultante. Es una labor *hermenéutica* que no debe confundirse con acciones meramente racionales. Se trata de una actividad que implica el reconocimiento de que, en cada experiencia que es narrada en terapia, los significados que todos los participantes (consultantes y terapeutas) aportan, están influenciados por: la fisiología corporal, la historia y lenguajes colectivos, la historia personal, las vinculaciones sociales, los deseos, aspiraciones, creencias y proyectos, y el estado afectivo o de ánimo. El análisis se realiza de forma *dialógica y colaborativa*.

3.- Sostener.- implica el reconocimiento de que trabajar terapéuticamente significa revisar algunas áreas sumamente importantes de la existencia, como por ejemplo: a) situaciones y/o experiencias que impliquen vulnerabilidad o fragilidad; b) asuntos que refieran directamente a la construcción de su identidad; c) experiencias que refieran a su intimidad, o a la falta o necesidad de ella; d) formas satisfactorias o insatisfactorias de vinculación interpersonal; e) su cosmovisión, o su manera de entender y relacionarse con su situación relacional como ser-en-el-mundo. Revisar estas áreas suele generar experiencias emocionales intensas, que el terapeuta intentará acompañar, permaneciendo el tiempo necesario en ellas para continuar explorándolas y analizándolas.

4.- Apropiar.- esta es quizá la más difícil de describir, ya que se trata de una acción que se realiza por añadidura cuando los tres primeros verbos se mantienen activos por algún tiempo de forma constante. Es por ello que se trata de una *aspiración*, más que de una acción propositiva. Consiste en la experiencia de que la situación que se está explorando es nuestra, nos pertenece, y podemos hacer una diferencia en ella, aunque sea mínima. Que la vida nos es propia, que somos los dueños de nuestra existencia, no en un acto de propiedad como si se tratara de tener o poseer un objeto o cosa, sino como una extensión de nuestro ser, de nuestra identidad; comprobando que la experiencia inter-relacional de ser-en-el-mundo no es sólo un concepto filosófico complejo, sino una experiencia posible para cada uno de nosotros.

Estos cuatro verbos se apoyan sobre la cosmovisión y actitud fenomenológica-existencial y hermenéutica las cuales resultan fundamentales para el estilo terapéutico existencial mexicano.

Por otra parte, estas acciones se realizan en un marco Post-Cartesiano, ya que se trabaja desde una imagen del ser humano que trasciende la típica división cartesiana entre sujeto y objeto. No entendemos al ser humano separado de su mundo, ni a su cuerpo separado de su mente, ni a sus emociones aisladas de sus pensamientos. La perspectiva mexicana considera la situación humana siempre como una *situación relacional* (Spinelli, 2015).

Otro aspecto del marco post-Cartesiano, es que partimos de la idea de que la experiencia de identidad es un discurso, una narración socialmente construida, que puede de-construirse y reconstruirse en repetidas ocasiones y que, cualquier sensación de un “yo” más o menos fijo y estable, es una ilusión necesaria para mantener la experiencia de continuidad y coherencia, lo que permite manejar la angustia a niveles soportables. Tal ilusión, aún siendo necesaria para la experiencia de “cordura”, en ocasiones se intensifica al extremo, obstaculizando la fluidez necesaria para enfrentarse a la novedad natural de la existencia.

Un aspecto más de esta Orientación, al menos en el estilo que desarrollamos en México, es el trabajo constante en, con, y desde la relación terapéutica. Este aspecto provoca que nuestra propuesta se inscriba en los modelos llamados *relacionales*. No solamente porque partimos de un paradigma que considera la situación humana como una situación *Relacional*, sino también porque, en congruencia con ello, consideramos la relación terapéutica: por un lado, la principal herramienta de exploración y análisis; y por otro, parte de los vínculos sociales que el paciente co-construye en su existir. En este sentido, el terapeuta se constituye como *el otro* con quien el paciente se relaciona y construye su existencia. Parte importante del proceso terapéutico no es únicamente tratar de construir una relación cálida y colaborativa que facilite la exploración y el análisis, sino también revisar cómo hacemos para construir o para obstaculizar la construcción de la misma. En otras palabras, es también tarea del proceso terapéutico, la revisión del tipo de relación que se construye entre los involucrados; investigando qué tipo de situaciones construyen entre los dos, y cómo se enfrenta el paciente a los aspectos de esa otredad que es su terapeuta, tanto con aquellos que le sean semejantes a los del resto de los otros con los que se vincula cotidianamente, como con aquellos que le sean distintos y únicos.

La escuela mexicana parte de una cosmovisión fenomenológica que advierte al terapeuta que: no puede conocer por completo las experiencias de su paciente, ni nombrarlas con exactitud, ni comprenderlas totalmente, ni mucho menos dirigirlas de manera certeramente adecuada. Ya que se encuentra en posición de abrirse

paulatinamente al misterio del otro y su existencia.

Esta aproximación invita al paciente a explorar y analizar: ¿cómo experimenta su existencia?, ¿qué no le gusta y qué sí de la misma?, ¿qué desea conservar y qué desea cambiar?, ¿cómo sabe que eso es posible?, ¿cómo sabe que esto vale la pena?, ¿A quién o a qué le acerca o aleja esta experiencia?, ¿qué otras situaciones o personas están involucradas?, ¿por qué está influida o a que influye su experiencia?, ¿Qué tipo de ayuda cree que requiere?, ¿qué ha intentado antes?, ¿Considera que su terapeuta es la persona indicada para ayudarlo?, ¿Cómo llega a todas estas conclusiones?, ¿Cómo es su experiencia corpóreo-emocional al estar analizando estas situaciones conmigo?; y otras preguntas semejantes a estas.

Como podemos ver, la propuesta mexicana se trata de una investigación fenomenológica que se realiza en colaboración con el consultante, en la que el terapeuta intenta generar una relación cercana y cálida, apta para realizar las tareas terapéuticas que propone esta orientación. Para ello, es conveniente que el terapeuta experimente ciertas actitudes, y que encuentre la manera de transmitírselas a su consultante como mensajes implícitos durante sus encuentros. Estos mensajes son:

a) Me interesas. *Realmente deseo conocerte y comprender tu experiencia lo más cercanamente posible a tu perspectiva. No quiero huir ante tu experiencia, por compleja, caótica, confusa o amenazante que me parezca. Considero que aquello que tienes que decir, merece la pena escucharse. Valoro los conocimientos que tienes sobre ti mismo y sobre tus sufrimientos y dilemas.*

b) Estoy disponible para encontrarnos en los lineamientos de espacio y tiempo que mutuamente acordemos en el encuadre establecido. *Mientras dure nuestro contrato, trataré de ofrecerte lo mejor de mí. Esto implica que en ocasiones te escucharé atento y en silencio, y en otras te haré preguntas para comprenderte mejor. Realizaré comentarios tentativos, me cuestionaré junto contigo, y compartiré en voz alta mis sensaciones, sentimientos, pensamientos, creencias, o experiencias que note en mí, sobre los temas que conversemos, o sobre ti.*

c).- Deseo construir entre nosotros una relación y un vínculo honesto. *Mi intención es hablar contigo, no sobre ti, compartir mis impresiones, ideas y emociones contigo, no acerca de ti. Espero lograr estar disponible para tocarte y ser tocado emocionalmente con nuestros encuentros, permitiéndome estar abierto a reconocer las*

experiencias que surjan como producto de nuestra forma de relacionarnos.

d).- Acepto que nos rodea una gran incertidumbre, *y que en ocasiones no sabré cómo responder a tus experiencias. Espero permanecer abierto y con inocencia ante el misterio que nos envuelve, reconociendo que al hablar sobre tus experiencias, sabrás más tú que yo sobre ellas.*

e).- Deseo lo mejor para ti y para tu existencia, *aún cuando ninguno de nosotros sepa a ciencia cierta qué sea eso.*

Como es posible notar, muchos de los aspectos mencionados se refieren a la aplicación de una perspectiva existencial, fenomenológica y hermenéutica, semejante a la que ha sido desarrollada en distintas partes del mundo. Un aspecto característico de la escuela mexicana, es su carácter *mestizo*; ya que los miembros y representantes de esta escuela nos interesamos por aprender de otras perspectivas (como por ejemplo de algunos aspectos de la escuela inglesa), realizando nuestra propia mezcla de posturas, y adaptando dichos aprendizajes a nuestros contextos socioculturales e históricos. Debido a nuestra cercanía con los EUA, algunas de las propuestas de dicha escuela han también permeado en nuestra perspectiva. Sin embargo, solemos mirar con cautela y suspicacia, la tendencia ocasional que puede reconocerse en esta escuela a enfocarse en el “desarrollo del potencial”, y en la promoción de una vida “más auténtica”.

Recientemente se desarrolló un fascinante intercambio internacional vía e-mail alrededor del intento de responder a la pregunta: *¿Qué es la terapia Existencial?*, en el cual varios terapeutas de distintas partes del mundo han podido dar a conocer sus diversos enfoques de la TE. Como resulta evidente en dichos intercambios, existe una tendencia entre algunos practicantes de la TE a conducir su trabajo de una manera más educativa o reparadora. Es claro que, por ejemplo, algunos terapeutas buscan enseñar o facilitar a sus clientes maneras de existir más “apropiadas”, “auténticas”, “reales”, “correctas”, o simplemente formas de vida más “existenciales” (Orientación Educativa). Mientras que algunos otros intentan ayudar a sus consultantes a estar en “buenos términos con sus dificultades”, o incluso buscan construir una relación que se facilite la corrección del déficit, de patologías o de fallas (Orientación Clínica).

Quizá porque la escuela Mexicana se ha desarrollado separada del ambiente psiquiátrico y de la psicología clínica (aunque esto no significa que dejemos de trabajar con cualquier tipo de persona y con cualquier tipo de dificultad en el vivir), que consideramos nuestro trabajo de naturaleza principalmente filosófica, ya que

buscamos problematizar la narrativa de nuestros consultantes, esto es, los invitamos a preguntarse y a dudar de sus certezas, partiendo de una posición relacional y post-Cartesiana que nos invita a renunciar a cualquier ideal del funcionamiento humano y a cualquier objetivo pre-establecido del proceso terapéutico, para dedicarnos a una exploración que nos permita acercarnos al menos un poco a la comprensión de nuestra relación con el misterio de la existencia.

Conclusión:

Las diferentes propuestas Latinoamericanas se encuentran en plena explosión de desarrollo. ALPE está creciendo y está abarcando cada vez más países latinoamericanos interesados en el desarrollo de la perspectiva existencial en psicoterapia, más allá de las corrientes de la psicoterapia humanista o de la Logoterapia. El número de personas interesadas en acercarse a la propuesta existencial va en aumento, como lo demuestra el creciente interés por los diferentes cursos de formación y los congresos latinoamericanos. Es por ello que nos sentimos orgullosos de ser los anfitriones del 2º Congreso Mundial de Terapia Existencial, a celebrarse en el 2019 en la ciudad de Buenos Aires, Argentina. Será sin duda una gran oportunidad para seguir presentando al mundo las diferentes propuestas que existen en Latinoamérica en torno a la Terapia Existencial, así como también una excelente ocasión para impulsar la terapia existencial a nivel mundial, con toda la energía y pasión que caracteriza a los países Latinoamericanos.

BIBLIOGRAFÍA

- du Plock , S., & van Deurzen, E. (2015). The Historical Development and Future of Existential Therapy. *International Journal of Psychotherapy* , 19 (1), 5-14.
- Martínez Robles, Y. (2012). *Terapia Existencial*. Mexico: Círculo de Estudios en Psicoterapia Existencial.
- Martínez Robles, Y., & Signorelli, S. (2015). A Brief Review of the History of Existential Psychotherapy in Latin America. *International Journal of Psychotherapy* , 19 (1), 89-94.
- Martínez Robles, Y., & Signorelli, S. (2011). *Perspectivas en Psicoterapia Existencial*. México: LAG.
- Spinelli, E. (2015). *Practising Existential Therapy*. London: SAGE.

Contactos:

funcapac@fibertel.com.ar y yaqui@circuloexistencial.org

Fecha de presentación del artículo: 1/16

Fecha de aceptación del artículo: 2/16

COMENTARIO DE LIBRO

TEDIO Y FINITUD – DESDE LA FILOSOFÍA A LA PSICOLOGÍA

Ana María López Calvo de Feijoo (Compiladora)

Título original: Tédio e finitude –Da filosofia à psicologia

Edição Fundação Guimaraes Rosa, B.H.210

(1ª parte)

Por Emilio Romero
Joinville, Brasil

¿Qué es el hombre? No hay ninguna respuesta definitiva para esta cuestión. Cualquier respuesta que se proponga emana de una previa concepción doctrinaria ya subordinada a un punto de vista personal y a un determinado círculo cultural.

No son los textos que coinciden con mis ideas y premisas los que más me interesan; son los escritos que colocan en cuestión mis ideas y creencias. Son estos lo que me obligan no sólo a revisar mis supuestos saberes sino sobre todo me llevan una vez más a sentir la pluralidad y la diferencia de perspectivas como algo vital para la comprensión de sí y del mundo. Esta actitud orienta mi lectura de este libro.

Los temas abordados por los diferentes expositores de los diferentes capítulos de este libro son importantes para todo profesional de la psicología. En parte comparto la propuesta expuesta aquí, pero también discrepo en algunos puntos. Lo que digo aquí es sobre todo un comentario, que se agrega a lo dicho por los responsables del libro. Para que no se confunda con la posición de los autores generalmente lo coloco en letras menores.

A título de síntesis es pertinente subrayar que los autores se propusieron ofrecer algunas líneas de una psicoterapia existencial basada en las ideas de Kierkegaard y Heidegger, principalmente; como la propuesta es de fuerte cuño filosófico prefieren llamarla de filosofía clínica. Destacan algunas características del pensamiento de estos dos filósofos y su modo de reflejarse en los objetivos perseguidos, tanto en la terapia como en otros temas presentes en nuestra cultura. Como hay dos temas distintivos de estos dos pensadores, centralizaron su estudio en la finitud y el tedio. Para un lector que no comparta las ideas de los dos filósofos mencionados, la parte más accesible y atractiva está en los escritos de lo que podríamos llamar las aplicaciones de la doctrina. Algunos de estos capítulos inclusive se abren a otras miradas; es lo que apreciamos en el

un gran panorama de este tipo de situaciones de crisis centralizando su análisis en la obra de Dante (siglo XIII).

La cuestión del ser y de la nada como constantes de la existencia humana ha sido colocada con acentuada insistencia a partir de los años treinta (siglo XX) tanto por Heidegger como Sartre, las dos figuras más notables de lo que se ha denominado como filosofía existencial. Es cierto que algunos temas de esta corriente ya fueron colocados por el danés Kierkegaard, mas él sólo fue reactualizado con el auge del existencialismo después de los años 50. Desde una perspectiva diferente también Nietzsche colocó temas que luego entraron en el flujo de ideas que cuestionaron todas las formas de pensamiento hasta entonces vigentes. El autor de *Más allá del bien y del mal* representa una forma de vitalismo voluntarista que denuncia toda la civilización occidental ya a partir de Sócrates. Heidegger nos habla del olvido del Ser con el fin del pensamiento pre-socrático. Son puntos de partida muy diferentes, pero los dos destacan el principio de una decadencia.

Los diez artículos del libro están muy bien elaborados e incluyen temas que, de diversas maneras, apuntan para los dos conceptos indicados por el título del libro. El objetivo es mostrar que son mucho más que conceptos, son dos constantes de la existencia, dos *existenciaros*, como son calificados. Por este motivo están presentes en todos los aspectos de la vida humana, pasada, presente, futura. El ser es temporalidad.

En esta reseña me limitaré a comentar sólo algunos artículos, sin que la omisión de algunos implique una menor importancia; es una cuestión de simple elección.

Haré una presentación de la propuesta tal como está destacada por sus dos promotoras en Brasil. La Prof. Myriam Potasio aborda Kierkegaard. Las ideas básicas de Heidegger quedan a cargo de la Prof. Ana María Lopez Feijoo y de Roberto Novaes de Sá. Ellos son directores de uno de los centros de formación en Fenomenología y Filosofía clínica de mayor credibilidad existente en Brasil, *Ifen*. Cabe destacar que estas dos psicólogas son autoras de otros libros

texto de Raquel N. Alves sobre “Limites e possibilidades nas situações de crise”, quien nos abre

que prestigian el centro mencionado y la producción intelectual brasileña. Es pertinente mencionar que el libro incluye un tema de cuño sartreano presentado por dos psicólogas de dicho Instituto; ellas colocan las *situaciones de enclaustramiento* en que viven los humanos, asunto muy bien ilustrado en un libro del francés titulado *El muro*. Destaco que el enfoque sartreano presenta notables diferencias con los dos filósofos mencionados.

A) Antes de dar los primeros pasos en lo medular del libro es pertinente señalar que la propuesta del grupo *Ifen* es elaborar una Filosofía clínica que deje de lado todos los conceptos psicológicos más comunes e incompatibles con una analítica de la existencia según el enfoque heideggeriano. Estos conceptos están presentes en la psicología tradicional y en el saber común; ellos forman parte de un cierto saber de nosotros mismos ya dados como experimentados directamente con las características de la evidencia que nos ofrece lo vivido. Estos saberes a propósito de si figuran como parte del vocabulario de la psicología tradicional; son los pares subjetivo-objetivo, interioridad-objetividad, psique-mente, consciencia-yo. Trátase de desmantelar las categorías más conocidas de la psicología, sobre todo de esa psicología que es vista con el ropaje de mera ciencia, sin cuestionarse sus fundamentos.

Sin embargo, la Prof. Feijoo también habla de una *psicología* de fundamentos y propuestas terapéuticas existenciales. Esto supone que su objetivo es delinear una *Dasein-analítica* tal como está apuntada por algunos discípulos de Heidegger, como Medard Boss, y por los intentos de sus colaboradores, de dar continuación a este objetivo.

Desde ya vale recordar que hay otras psicologías que entienden su oficio como arte-ciencia, como método y técnica, y también como hermenéutica y como antropología. Así como hay diferentes modos de comprender los fundamentos ontológicos del hombre así también los hay de entender la psicología. La opción hecha por el grupo *Ifen* se apoya especialmente en los dos pensadores ya mencionados; Sartre aparece como una figura de menor atención. Vale destacar este punto.

Como es bien sabido entrar en la explicación de la concepción de las ideas centrales de "Ser y Tiempo", la principal obra de Heidegger (1927) es una tarea que requiere esfuerzos y una reflexión persistentes para llegar a entender la trama de los conceptos y su modo de ir articulándose. El estilo de su autor es muy denso y riguroso. Esta constatación sugiere la conveniencia de introducirse en esta filosofía orientada por una exposición menos compleja. Los dos autores que enfocaron el pensamiento del alemán optaron por escoger algunos temas de su obra, abreviándolos a punto que ni siempre el lector común consigue entender. El Prof. Novaes hizo todos los esfuerzos para transmitirnos lo esencial de la obra indicada en veinte páginas lo que lo obligó a esquematizar algunos temas. Aclaro que mis comentarios aquí sólo consideran algunos aspectos de lo colocado por sus autores; hago breves alcances con la intención de

colocar una duda o levantar otra perspectiva; hago incluso alguna observación desde otro ángulo. Las observaciones más personales hechas por mí las coloco en letras menores. Veamos:

El lector debe tener presentes tres aforismos de Heidegger que enfatizan su propuesta de investigación. *El primero*: el hombre es el pastor del ser; *el segundo*: el hombre es la claridad, la luz que ilumina los entes del mundo; es el farolito. *El tercero*: el hombre es un ser para la muerte, su existencia está marcada por la finitud. Gracias al primero el ser puede manifestarse de las más diversas maneras que describen su existencia personal e histórica. Por el segundo, la vida entendida como existencia adquiere sentido conjuntamente con el mundo que lo configura. Por el tercero la finitud nos pone de cara con la angustia de existir y con la evidencia del próximo fin. En este sentido el hombre es el peregrino de la nada, que es lo que anuncia el fin. Como para exorcizar este temor bien puede refugiarse en un estado de ánimo que traduce su tentativa de marginar su finitud, dejando su existencia suspensa en una bola de cristal: es el estado de ánimo conocido como *tedio*. El tedio se manifiesta especialmente en las formas banales de la vida.

Sea como pastor, como farolito o como peregrino, estas tres imágenes afirman la existencia como un desafío a ser cumplido; nos convidan a no dejarnos dominar por la angustia, la culpa (ante el reconocimiento de nuestra frecuente caída en la inautenticidad), ni menos nos sugieren a buscar amparo en las promesas de una vida post-muerte o en la tutela de los dioses. Acentuar como característica del *Da-sein* su ser para la muerte puede sorprendernos, pues como destaca Pablo Rispo, todo indica que somos un ser para-la-vida. De todos modos, la finitud inherente a todo evento nos coloca de frente a la fugacidad y temporalidad de la vida. Vale subrayar que la temporalidad como característica de la existencia no es una noción fácil de aprehender fuera del tiempo común del calendario. Es lo que muestra el análisis hecho por Heidegger. Desde la perspectiva de una psicología comprensiva, que es la que desarrollo en mi trabajo, la temporalidad existencial (que tampoco puede ignorar el calendario) se vive como transitoriedad, fugacidad, aquivos (pasado), proyectos (futuro) y presencia.

B) La primera parte más básica y central de la concepción existencial queda en manos del Prof. Novaes. Él comienza exponiendo los rasgos peculiares del método fenomenológico tal como fue concebido por Husserl, método considerado como el más pertinente para la elucidación que anima al filósofo; el método son los procedimientos que orientan los pasos de una investigación científica y en aquella época Heidegger consideraba su enfoque tanto científico como filosófico.

1. Sin embargo, en seguida Heidegger hace el pasaje de la mera intencionalidad de la consciencia husserliana que deja entre paréntesis (la *epoché*) el

mundo concreto, real, para destacar que su intención es la descripción del *existente* (ente humano), tarea preliminar para establecer su conexión con el ser.

Una primera pista sobre lo más originario del ente humano se lo da la propia palabra alemana: *Da-sein*, el ser-ahí. También la palabra latina *ex-istere*, existencia, designa lo que está afuera. Visto de esta manera la característica central del *Dasein* es *ser-en-el mundo*; esta es una pieza clave del enfoque heideggeriano; el hombre está en el mundo no como el vino en la copa, o el figurino en la vitrina. El existente y el mundo son una unidad. El mundo es tal por la presencia del hombre.

De este modo queda sellada la indisoluble unidad del hombre-mundo; el hombre es pura mundanidad, es decir, un ente arrojado en su ser-ahí, en estado de abierto, completamente fuera de sí. Si el hombre está enteramente fuera de sí, si siempre está en el mundo, entonces no habría interioridad ni exterioridad. En una jarra se distingue lo interior y lo exterior, en el hombre no.

Esta es la primera constatación desde una mirada fenomenológica: tal como las cosas se muestran sin premisas metafísicas, sin dar por admisible una categoría fundante (sea el Dios de las religiones, sean los arquetipos platónicos o los átomos en Demócrito, sea la naturaleza...).

Es probable que en el lector ya surja una duda: cabe preguntarse cómo se sustenta la evidencia de que experimento mi realidad como algo único, inmediatamente vivido, sólo sentido por mí en su singularidad y por nadie más? La interioridad es uno de los aspectos notables de la subjetividad: *es lo experimentado y vivido inmediatamente por el sujeto*. La interioridad en este caso no es un *lugar*, una tópicamente secreta; se refiere al acontecer vivido por el sujeto que, obviamente correlaciona con la exterioridad. Dejo esta duda para el lector.

2. Novaes escribe:

“La palabra *existencia* se reserva para designar el modo de ser del hombre. La expresión “apenas el hombre existe” quiere decir que él es el ente que está siempre *fuera* de sí mismo, junto a otros entes, abierto y expuesto al ser”. Los demás entes están encerrados dentro de sí, no están abiertos para el mundo ni son capaces de iluminarse a sí mismos.”

Ya indiqué el significado de la palabra *Da-sein*. Ahí, indica que la persona está a cierta distancia de algo, del objeto. Aquí es lo que está al alcance de la mano, cerca. El *Da-sein* es un foco de luz, que se ilumina a sí mismo y los otros entes de su cercanía.

En un lenguaje tradicional diríamos que el *Da-sein* es consciente de sí, pero la consciencia merece reparos para el filósofo; es un fenómeno de la esfera de la subjetividad, muy asociado al concepto de mente, de psique; juzga mejor prescindir de esos tres conceptos.

Hecha esta primera fundamentación, el hombre como *ser-en-el-mundo*, la analítica del *Da-sein* va a verificar las otras características constitutivas del existente. Las destaco: el carácter interpersonal y social (el *Mit-sein*), el cuidado, la preocupación, la temporalidad, la angustia, las formas impropias de ser en el ámbito social y cotidiano, la finitud y el ser para la muerte, la temporalidad y la historia, etc. Aclaro que en este enfoque las características ontológicas del *Dasein* se denominan *existenciarlos*.

3. El hombre es *co-presencia*, convive con otros seres y a los cuales precisa ir ajustándose conforme a las exigencias que ellos imponen; es un ente interpersonal; en esta convivencia con los otros se hace posible por el *cuidado* que rige la existencia. Hay una otra constatación que sustenta también el cuidado: el hombre está arrojado (lanzado) en el mundo en estado de desamparo. Para atenuar este desamparo, diría el sentido común, es preciso cuidar de sí. Es preciso decir que el cuidado NO se refiere a un tipo específico de conducta, una forma cuidadosa de relacionarse; el cuidado es el modo de ser del *Da-sein*.

Un otro aspecto inherente al cuidado (*Sorge*) es la *preocupación*, el anticiparse a algo, ya toda acción es una forma de proyección de sí para un futuro, futuro siempre incierto. Esta incerteza relacionada con el carácter temporal de la existencia deja la puerta abierta para un fenómeno constante e inevitable: *la angustia*. Entendida la vida como *proyecto y posibilidad* nunca está enteramente cerrada en el presente, inclusive si nos dejamos estancar; dependiendo del valor que demos a lo incierto siempre nos abre la entrada para el temor.

Hasta aquí todas estas características inherentes al *Da-sein* bien podríamos entenderlas desde otra perspectiva, inclusive desde la perspectiva de la simple experiencia vivida por cualquier persona. Nos chocaría tal vez eso de estar lanzado en el mundo en estado de desamparo. El sentido común nos dirá que somos tan protegidos por nuestra familia, por las mil reglas de conducta. Sin embargo, ese modo de comprender sería un error. Hay que andarse con cuidado con la comprensión corriente para no adular el sentido de un existenciarlo. (1)

4. Pasadas estas nociones preliminares, Novaes expone brevemente “lo cotidiano impersonal” de la vida humana. Este es uno de los capítulos más interesantes para un esbozo preliminar de una fenomenología de la vida cotidiana y de las formas como se dan las relaciones en el ámbito social. Aquí surge una de las nociones que tuvo la mayor difusión en el plano de los saberes difusos: la autenticidad y la inautenticidad, presentes no sólo en el campo social sino también en la vida personal de todos nosotros.

El *Dasein* huye de sí olvidando-se de su “ser propio”; se relaciona consigo como algo que ya tiene una configuración preestablecida —explica Novaes. Hay tres actitudes que se imponen en este plano: Las *habladurías*, la ambigüedad, el equívoco. Son las formas más *impropias*, más inauténticas en el campo de lo interpersonal. El ser más propio no puede ser anticipado por un otro ente, escribe Novaes. El *Dasein* debe asumir su propio ser en sí y por sí. Perdido en lo impersonal de la vida cotidiana, el existente precisa buscar las vías que revelen su ser más auténtico. Hay siempre un llamado (*Ruf*) en el existente para el poder-ser-más propio. Este sería el *clamor* de la consciencia.

Esta búsqueda suele implicar algunos conflictos con el ambiente, el que generalmente ofrece guiones y soluciones en un menú bien surtido. Encontrar el modo de ser más auténtico es precisamente uno de

los objetivos de una Dasein-analítica. Es lo que destaca Novaes con todo vigor –y nunca es un simple ajuste a las reglas sociales para darse supuestamente bien en la vida, como indican algunas psicoterapias. Ni siempre observamos este llamado en las personas; una enorme faja de la población vive en las creencias oriundas del medio social, lo que les permite aceptar las condiciones de su existencia como algo esperado y confirmado por el orden social dominante. Sin embargo, Heidegger no destaca este tipo de cuestiones, de una importancia crucial en una psicología de cuño comprensivo. Vale destacar que en el pensamiento de este filósofo el factor socio-económico y la sexualidad están ausentes.

Desde una otra perspectiva son cuestiones muy debatidas en psicología y sociología, lo que no es una preocupación para Heidegger, que siempre se mueve en el plano de lo originario, de lo que se entendió como el fundamento primario, lo primordial. Como todos estos conceptos heideggerianos recusan una comprensión dialéctica de la realidad, no admiten pensar los opuestos de cada uno de ellos. En nuestro modo de vivir las realidades, el cuidado se opone al descuido y lleva al sujeto a una oscilación permanente entre estos dos opuestos. Lo mismo vale para la preocupación, la ambigüedad, el equívoco, la posibilidad, la angustia, y otros existenciaros. Constatamos que nos hemos despreocupado con nuestras finanzas o con el cuidado de la apariencia personal, que ha generado desventajas y quebrantos en diversas esferas; es el modo de comprender lo que nos acontece. Para Heidegger el descuido correspondería al abandono de sí, sea en la forma de una vida en lo anónimo o en los diversos modos de alienación.

5. Veamos otros existenciaros.

Estamos abiertos al mundo; esta abertura, se manifiesta como *compreensión* (Vertehen), *disposición afectiva* (Befindlichkeit), discurso (Rede), lenguaje. En otro libro del mismo año Heidegger escribe: La temporalidad es la condición de posibilidad de la comprensión del ser en general; es a partir del tempo que el ser es comprendido y concebido. (2). Toda comprensión, subraya Novaes, ya es siempre dotada de una coloración afectiva, de un humor o disposición.

La comprensión no es un modo de conocimiento diferente de la explicación, como entendía Dilthey, que tomaba estas dos palabras como formas de conocimiento. De manera simple digamos que la comprensión es la aprehensión inmediata de sí como ser-en-el-mundo. La idea de situación nos da también acceso a la comprensión Acabo de acordar, abro los ojos y de inmediato me sitúo en el lugar (situ) donde estoy.

Es significativo que se encuentre en este libro del filósofo la primera caracterización del estado de ánimo en la historia de la psicología, mas aquí no es concebido como una característica ocasional de un proceso psicológico. Las cuatro figuras más imponentes contemporáneas y levemente anteriores a él desconocen este tema central en la vida de humana. W. James. T. Ribot. P. Janet, S. Freud –ninguno de ellos tiene una página escrita enfocando este fenómeno

vivencial. Heidegger comprende los estados de ánimo como una característica siempre presente en la existencia.

La interpretación está subordinada al comprender; las cosas del mundo las comprendemos como casa, carro, calle, mujer, árbol; es decir, las interpretamos como tales; la interpretación explicita el comprender, despliega las posibilidades proyectadas en la comprensión. Hay una captación pragmática del comprender; conocemos una cosa si podemos indicar para que sirve. Hay otras formas de comprensión; está en la narrativa, en las informaciones, en la simple comunicación verbal y gestual, en el discurso reflexivo, en los signos –las señales, los símbolos.

6. “El lenguaje es la morada del ser”. En el esclarecimiento de este existenciaro, Novaes es demasiado esquemático. Es un tema complejo, de difícil acceso. El asunto se complica porque Heidegger no acepta ninguna de las ideas que se han propuesto como lo propio del lenguaje.

Hay libros enteros sobre este tema; el mismo Heidegger abordó este tema en diferentes escritos, pero admite que está siempre a medio camino en su intento de una comprensión de lo que sea el lenguaje. Una pista es que el lenguaje sea una hermenéutica del ser; afirma que el hombre pertenece al ser como el *mensajero*, como aquel que transmite el mensaje y lo conserva es decir, en cuanto hermenéutico. (M.Olasagasti) (3). Tentar entrar en los meandros de este asunto exige mucho más que un par de páginas.

Quedo con la impresión que Heidegger no captó (o desconsideró) algo elemental: el habla acusa y revela la presencia del otro como el juez que autoriza al individuo su inserción en el mundo. Esa inserción se hace en contacto con el otro y tiene un plazo para su realización. Si no acontece durante la infancia, el niño queda fuera de la comunidad humana. Esta es la famosa historia de los niños-lobos. Personas más competentes que yo bien pueden aclararme este punto.

La morada del ser sugiere un lugar de resguardo y amparo. Sugiere que el existente se resguarda en la palabra como su forma elemental de acceso al ser. Se resguarda y se revela, se esconde y se disfraza. No existe arte con más artificios que el lenguaje. Es una de las tantas frases acuñadas por el hombre de la *Floresta negra*. Si el habla es lo primordial, el lenguaje puede ser entendido como el código de un discurso.- Significamos los objetos y somos significados por las palabras –mejor por el discurso. Heidegger examina sus componentes. Tanto en las palabras como en el discurso está impreso el sentido de nuestra relación como habitantes del mundo. Habitamos en el lenguaje, pero esta morada está sujeta a las más diversas influencias y contaminaciones. Una de ellas se muestra en las habladuras que se imponen en la esfera social; ya mencioné antes incluso otras formas alienadoras de la comunicación. El afán de novedades es otra forma de auto-engaño y de curiosidad superficial. Por diversas vías somos llevados para la alienación del ser más propio.

Notas:

En mi libro "El encuentro de sí en la trama del mundo (S. Paulo, 2003) he propuesto un modelo de la personalidad que permite seguir los hilos y redes que insieren, y generalmente aprisionan al sujeto en una trama difícil de discernir en sus nudos, cortes, desvíos y líneas que tanto amarran como aseguran al sujeto.

(1) Una de las dificultades que encuentra el lector común de Heidegger con respecto a las características del Dasein es que ellas no son atributos o cualificaciones como tantas otras; no son como los adjetivos que usamos para acentuar un aspecto de un ente –una linda mujer, un tipo sinvergüenza. Para dar una idea para el lector iniciante, los *existenciaris* son como las propiedades de los objetos estudiados por las ciencias naturales: algo que les permite saber cómo actúan y reaccionan en tales o cuales condiciones. Solo que son propiedades ontológicas –no naturales; explicitan la relación ente-ser.

(2) M. Heidegger (1927): Les problèmes fondamentaux de la phénoménologie. Ed. Gallimarm 1985. Entiendo que en esta obra están los antecedentes inmediatos de Sein und Zeit.

(3) Manuel Olasagasti: Introducción a Heidegger. Revista de Occidente, Madrid, 1967.

Contacto: emiliorom@terra.com.br

Fecha de presentación de artículo: 12/15

Fecha de aceptación de artículo: 2/16