

Ensayo

El Arte de la Psicoterapia y la Simbolización del Significado. Una Visión Humanista y Existencial del Quehacer Terapéutico

Por: **Edgardo Riveros Aedo**¹

Universidad Adolfo Ibáñez (Chile), Facultad de Psicología

ABSTRACT

The clinical practice of psychotherapy is an application of scientific and philosophical knowledge and a form of art accompanied by the human drama. This article describes the dynamics of symbolization and of the felt sense as key concepts of the implicit and experiencing from the humanist thought of Eugene Gendlin.

Key concepts: experiencing, carrying forward, felt sense.

RESUMEN

La psicoterapia en la práctica clínica es una aplicación del conocimiento científico, filosófico y una conjunción artística ya que lo que se acompaña es el drama humano. Se describe la dinámica de la simbolización y la sensación sentida como concepto clave del enfoque humanista de Lo Implícito y de la experienciación provenientes del pensamiento de Eugene Gendlin.

Conceptos claves: experienciación, autopropulsión, sensación sentida.

¹Docente de la Universidad Adolfo Ibáñez(Chile), Facultad de Psicología, Profesor a cargo del Diplomado de Focusing y de la cátedra de psicoterapia Humanista. Coordinador del Instituto Focusing de Nueva York para Chile. Correspondencia a: edgardofot@gmail.com; www.focusingchile.cl

Antecedentes

La psicoterapia “científica” se inició con las primeras investigaciones realizadas en los años 40 en USA, cuando dos grandes investigadores intentaron, por diferentes líneas teóricas y bajo distintos paradigmas, usar el método científico para validar los hallazgos que ambos descubrieron en sus propias perspectivas terapéuticas: B. F. Skinner (1904-1990) y C. R. Rogers (1902-1987) . La Psicología científica comenzó en cambio casi un siglo antes con Wilhelm Wundt (1832-1920) quien sometió a investigación el fenómeno de la senso-percepción inaugurando el primer laboratorio experimental en Leipzig en el año 1879.

La psicoterapia como curación médico-espiritual por medio de la palabra comenzó en la Grecia de Hipócrates, y como una práctica de atención y consuelo al sufrimiento humano está presente en la *Ilíada* de Homero a través de la palabra mágica (*epodée*) (2). La práctica de curación mágica de la palabra de enfermedades físicas y espirituales, no obstante, data de tiempos inmemorables que sugieren una práctica que comienza junto a nuestra evolución homínida en las conocidas forma de chamanismo.

Como ha sucedido con la mayoría de los quehaceres humanos, la utilización de la ciencia ha perfeccionado y tecnificado los dominios de dichos quehaceres. El arte griego del teatro por ejemplo se concibió y perfeccionó gracias al conocimiento de la geometría, las matemáticas y la acústica del *anfiteatro* griego, una obra magistral de la arquitectura; la pintura del renacimiento sufrió un cambio rotundo propio del uso del empirismo científico como actitud en la mente renacentista, dado por el estudio de la anatomía humana.

Miguel Ángel estudiaba la anatomía en cadáveres humanos lo que ha permitido al mundo actual apreciar de la belleza del cuerpo humano en su *David*, o en *el Moisés* o en la *Piedad*. Así como Gustav Flaubert estudió innumerables casos de muerte con cianuro para poder crear el suicidio de su *Madame Bovary*. Esto no significa que los mencionados artistas hicieran

ciencia en su quehacer, sino que siempre hicieron arte con una documentación adicional que provenía del conocimiento directo y empírico, con una cuota razonable y necesaria de conocimiento científico.

Por otro lado, Einstein creó su *teoría de la relatividad* después de quince años de *pensar* y *repensar* su genial interpretación subjetiva de la realidad física, su intuición le llevó todos esos años para conformar tu teoría no por una insuficiencia de conocimiento matemático o físico, sino porque más allá de los hallazgos gnósticos y científicos, su visión necesitó tiempo experiencial para construirse, necesitó esa intuición empaparse de música, de teología, de filosofía y arte.

Arte y ciencia son quehaceres que se han potenciado gracias al genio de artistas y científicos (3). Ambos quehaceres, a pesar de ser tan diferentes en sus dominios particulares por el uso de un procedimiento propio de su quehacer respectivo (método científico o método subjetivo de observación), tienen un aspecto común: la intuición inicial y subjetiva para concebir la existencia de una relación entre dos fenómenos que en la realidad aparentemente no relacionados. Sólo después de concebir aquella intuición subjetiva, el artista y el científico toman caminos totalmente distintos de consecución y comprobación.

El artista lo hace a través de la creación de la obra de arte, en tanto que el científico lo hace a través de la formulación de hipótesis y de la comprobación empírica. La obra de arte y el hallazgo científico son los dos productos finales de estos dos quehaceres tan diferentes que nacen de una primera intuición genial y subjetiva. Estos dos productos finales tienen implicaciones muy diferentes y ambas validaciones obedecen a dinámicas totalmente distintas y opuestas. La obra de arte es valiosa por su carácter de única e irrepetible. El hallazgo científico en cambio es valioso por su carácter de repetible y las veces en que se repita dicho experimento, debería dar siempre el mismo resultado.

La psicoterapia como arte

Para el Paradigma humanista, la formación del conocimiento acerca del drama humano proviene de cinco fuentes distintas, por nombrar las más conocidas, entre las cuales está presente la Ciencia, esta última no es la única constituyente de conocimiento; junto con la ciencia, el arte en general es la otra, la filosofía es otra, la teología como un conocimiento de una sabiduría espiritual que está presente en todas las religiones del mundo neolítico, la magia y el chamanismo como uno de los primeros conocimientos que nos arroja una luz primigenia desde nuestros primeros pasos homínidos en la evolución de la vida de las especies dentro del planeta.

Al igual que un artista, que usa de los conocimientos científicos, filosóficos y sobre todo de los conocimientos de la propia disciplina, el terapeuta es el artista de la psicoterapia, el artista del cambio. Erich Fromm decía que un buen arte consta siempre de tres factores para que sea considerado como tal: un conocimiento técnico acabado, un talento excepcional del artista y el profundo amor que le profesa este artista a su propio arte. Por lo tanto, nuestro *terapeuta artista* debería tener una formación integral como científico, como filósofo tener una pragmática de la vida humana que debe articular especialmente con el arte de vivir, lo cual proviene de un conocimiento profundo del *drama humano*, de la condición vital y existencial del ser humano. El arte universal es una fuente inagotable de sabiduría hacia el fenómeno del *drama humano*, definido éste como aquella situación en que un ser humano se sitúa en el centro de la contradicción por ser un sujeto que vive conscientemente algo que no puede comprender y que por ello se constituye a la vez en una condición de objeto: *ser sujeto y objeto al mismo tiempo sin poder definir un curso de acción*. El terapeuta debe ser un experto en el drama humano y al mismo tiempo debe ser un artista para comportarse como un ser que llegará a hacer un aporte de co-construcción ontológica frente al fenómeno del cambio, ocupando todo su conocimiento universal, constituyéndose en un experto en el

acompañamiento del fenómeno del cambio. Saber de psicoterapia, tener talento para la psicoterapia y estar dotado de un conocimiento universal que se aproxime lo que significa el drama humano, deberían ser características propias de un terapeuta humanista.

El terapeuta como artista de la palabra

La psicoterapia es el arte de la curación psicológica mediante la palabra. El terapeuta es un profesional con formación científica y filosófica, un conocedor del drama humano; todo lo cual se traduce en que sea capaz de crear momento a momento una simbología lingüística capaz de movilizar el cambio en la Persona que sufre de conductas desadaptativas o de insatisfacción personal. En la sesión terapéutica ocurre un “algo” entre estas dos personas que conforman el encuentro humano de un Tú y un Yo (Buber, 1926).

Mediante la filosofía de inicios del siglo XX se han llegado a conocer y descubrir la realidad intersubjetiva y la posibilidad que aquello que ocurre entre dos personas sea lo más importante como una auténtica co-creación. En esta intersubjetividad ocurre de hecho algo que se conoció como el cambio terapéutico, primero ocurre algo entre dos personas interactuando, lo que conduce al cambio dentro de la persona que consulta. Pero el uso de la palabra terapéutica no es una palabra cualquiera, veremos que dentro de una visión totalizante del hombre, la palabra debe tener ciertas características, debería ser respetuosa y no invasiva, una palabra que demuestre a la Persona que se le comprende sin juzgarle, todo ello para que la Persona pueda sentirse en una atmósfera incondicional y de ese modo pueda sentir o vivenciar una confianza reconstituyente, capaz de atravesar los territorios de la auto-condena y de la auto-compasión.

Por otro lado, la palabra que use el terapeuta debería tomar en cuenta el modo en que funciona la experienciación y la simbolización propias de la Persona y de ese modo, podríamos recién comprender que la palabra debe acomodarse al Proceso de cambio y no al revés. Esta conclusión es el fruto del desarrollo científico y filosófico ocurrido en el último siglo. En el paradigma humanista este aspecto es esencial, la acomodación de toda teoría o constructo debe hacerse en función de la Persona y nunca ésta debería acomodarse a la teoría, como había ocurrido hasta la década de los 60. Con el paradigma tradicional de la Psicología del contenido, la Persona siempre se acomodó a la interpretación externa de contenidos universales que se aplicaban o traspasaban al paciente. Aquiles se acomoda a la intervención de Atenea para calmar su ira (tradicción Homérica), así como un paciente se adaptaba a la interpretación que le hacía su terapeuta de su fobia o su depresión.

La interpretación del contenido era el *modus operandi* de la Psicología tradicional, con el surgimiento explícito del humanismo, ocurrido en el año 1962, comienza una preocupación por el Proceso de Cambio, y este fenómeno ocurriría independientemente de cualquier contenido. La teoría de la experienciación y del cambio aparecida en plena revolución humanista (Gendlin, 1962 y 1964) constituye una primera aproximación al Proceso de cambio, aproximación revolucionaria que comienza dejando de lado el contenido.

La sesión de psicoterapia es un instante de la Persona en interacción con un terapeuta, en que se viaja a las profundidades del *disco duro*, por decirlo en el lenguaje cibernético actual, se debe llegar *a la matriz de los programas* conductuales y de ese modo llegar a tocar el corazón significativo que debe permitir conjugar el drama individual: el modo en que la subjetividad siente y simboliza la propia experiencia. Persona y Terapeuta viajan a la profundidad implícita de la experienciación.

La simbolización experiencial es por lo tanto la tarea fundamental e irremplazable del terapeuta. El terapeuta puede aquí desplegar todo su arte y todo su talento como experto en

generar el símbolo exacto para desencadenar el cambio. La simbolización es el proceso por el cual la Persona que asiste a terapia llega a descubrir los símbolos posibles correspondientes a cada experienciación propia, pudiendo elegir las palabras propuestas por el terapeuta y que éste produjo a través de la actitud empática.

En esta *díada terapéutica* tenemos dos artistas a describir: la persona que sufre y el terapeuta como creador de *símbolos certeros*. El primero porque al experimentar y vivir el proceso de cambio llega a hacer suyo un símbolo propuesto por el terapeuta, siendo menester vivir con exactitud y complementar y enriquecer el símbolo entregado por el terapeuta. El segundo participa de este acto creativo al acompañar sintiendo y al crear sucesos lingüísticos que lleguen a ser fieles a la experienciación del Otro. Entre ambos, emerge la estética de una creación mutua y que es propia de un encuentro interpersonal.

La empatía del terapeuta y el arte de ser uno mismo en el Otro

La empatía es un tipo de lenguaje inventado en el siglo XX gracias a la revolución filosófica de la fenomenología existencial. Carl Rogers fue su gran descubridor y logró llevar este lenguaje a la sesión terapéutica, produciendo un verdadero milagro; es tarea de este artículo hacer un intento por aclarar en qué consistió dicho milagro (4). Este singular autor terminó inventando un *contexto empático*, totalmente nuevo, especialmente diseñado para la sesión terapéutica, convirtiendo a ésta en un verdadero *encuentro auténtico y existencial* con el Otro. En este nuevo contexto empático desaparecieron algunos elementos que eran característicos a la sesión psicoterapeuta tradicional. Rogers eliminó el sofá tradicional del psicoanálisis, eliminó el escritorio tradicional de la medicina, hizo desaparecer los registros o el hecho que el terapeuta pueda tomar notas mientras acompañara a la Persona. Buber (5) decía que *todo medio es un obstáculo* en el proceso del encuentro auténtico, y Rogers construyó este nuevo contexto sin obstáculos, constituyéndose así la sola presencia de *un Tú y un Yo*, sólo la

Presencia o la súbita ocurrencia de una relación interpersonal en marcha; el encuentro es la relación, y la empatía es la palabra que usa el terapeuta para simbolizar el contenido implícito que el Otro no logra hacer por sí solo.

Pero Rogers dio un salto mayor en psicoterapia, transformando el concepto de paciente en cliente y luego en Persona. Dicha transformación está lejos de ser un eufemismo, es una auténtica concepción de libertad y de poder que radicaría en el potencial personal del individuo para alcanzar el cambio (6). La empatía por sí sola no habría logrado su auténtico poder de cambio si no se hubiera producido una verdadera transformación que consistiría más bien en una autenticidad en desarrollo que, al interactuar con la empatía, lograría una plena actualización de este potencial auténtico que se desarrolla, ante la palabra que no juzga sino que más bien engrandece y amplía el significado sentido e incompleto durante el encuentro.

Este paciente rogeriano sería entonces una Persona en crecimiento, digna de confianza y portadora de sus propias soluciones. Rogers dio un carácter ontológico al encuentro terapéutico al otorgar un tipo de interacción que propiciaría el cambio de un modo facilitador e incondicional a través de la empatía.

La empatía ha tenido un desarrollo vertiginoso en la investigación científica y en la filosofía durante la últimas cuatro décadas. Ello significa que hoy en día sabemos mucho más de sus efectos que cuando el genio de Rogers la hizo debutar en la escena de la psicoterapia mundial.

La empatía es una resonancia (Freidman, 2007) que el terapeuta hace de los sentimientos implícitos vivenciados por la Persona que sufre. La empatía implica por lo tanto corporalmente lo que el otro siente desde la propia autenticidad, para luego, poner en palabras los sentimientos implícitos y así entregárselo al Otro como una propuesta, y así en una operación para construir el significado de los sentimientos del cliente, y así poner en marcha el cambio dentro de una relación interpersonal. La empatía significa etimológicamente “entrar en el sufrimiento del otro”. Veamos a continuación en qué consiste

exactamente este milagroso papel de la empatía y por qué este tipo de lenguaje convierte al terapeuta en un co-creador, un artista del proceso de cambio.

Empatía y la construcción de la obra de arte

Nietzsche dijo *todo hombre es una obra de arte* en su proceso de convertirse en un ser humano auténtico. El humanismo concibe al paciente como una persona con conductas desadaptativas, las cuales son de su propia insatisfacción, constituyéndose en un proceso de autenticidad estancado, detenido por la inautenticidad de ser lo que no se es, por presentar conductas inauténticas, es decir, acontecimientos que no son propios de la persona. No se debe confundir crisis de autenticidad o existencial con crisis de identidad. La crisis existencial se produce por el alejamiento de las propias creencias, estar lejos de sí mismo, no ser uno mismo en el fluir de la vida debido a tomar decisiones centrada en expectativas ajenas más que a las propias. Al encontrarse con su paciente, el terapeuta se convierte en un acompañante del proceso detenido del cliente, el que debe ponerse en marcha para así lograr la extinción de las conductas desadaptativas y la recuperación de la salud o del estado óptimo de funcionamiento o lo que es equivalente para el humanismo: recuperar el proceso de la propia autenticidad.

Desde un punto de vista procesal, entonces la persona que consulta tendría un proceso de experienciación detenido (inautenticidad), y este proceso debería volver a su curso de acción, debería recuperar su condición de fluidez. Lo que hoy se sabe a la luz de la teoría experiencial del cambio (Gendlin, 1964) (7) es que la palabra empática logra completar el significado implícito “incompleto y detenido” del cliente hasta llegar a derretir el aspecto detenido o congelado (*los todos congelados*) (8). La palabra empática del terapeuta aportaría con el suceso lingüístico que provoca el cambio, echando a andar lo que estaba detenido: el símbolo certero (Gendlin, 1964). Este símbolo es poderoso porque al completar, logra **desatar**,

libertar, lo que estaba detenido. Pero este símbolo no es explicativo sino generativo, logra poner en movimiento y alumbrar algo que está implícito, permitiéndole una develación que el cliente llega a sentir sólo si lo vivencia como propio, sólo si siente que este símbolo *calza* con lo que él quiere decir. Lo que el cliente quiere decir es la implicación sentida, lo que estaba sintiendo pero no lograba aún sentirlo en forma completa o nítida. Esto significa que el cliente tiene una referencia interna, algo que le dice que ese símbolo propuesto por el terapeuta puede calzar o no calzar.

Habría una matriz lingüística entonces dentro del cliente que va cerciorándose si la propuesta es exacta o no al significado implícito. A esta matriz interna, Gendlin le llamó *felt sense* (Gendlin, 1979) (9). La sensación sentida es la organización interna del significado auténtico e implícito de nuestro ser interno, ella se rige al simbolizar por una esencia o sabiduría interna. Ella permite tener la certeza que la simbolización sea la exacta para el organismo. Gracias a ella, la Persona tiene garantizada la fidelidad ontológica, al sentir como propia, aquella simbolización empática que pueda proponerle el terapeuta.

La empatía del terapeuta generaría los símbolos lingüísticos capaces de completar la simbolización experiencial y auténtica del cliente a través de los que Niel Freidmann denominó la resonancia (10). La resonancia es el proceso creativo del terapeuta, quien está abocado a facilitar el proceso a través de la creación de una simbología certera que interprete a cabalidad la experiencia implícita y total de la Persona.

La empatía es una interacción que el terapeuta hace desde su persona total, regido principalmente por la autenticidad de su sensación sentida. Los pasos de la empatía son en términos didácticos los siguientes:

a) Experienciación del proceso del otro. Colocando su sensibilidad al servicio del proceso de la Persona del Otro, el terapeuta va construyendo el significado simbólico a partir de ponerse en el lugar de la otra persona, sintiendo lo que el otro siente.

b) La creación del símbolo certero. Luego de sentir lo que el otro siente, el terapeuta pasa por su propia *sensación sentida* aquello que la Persona siente, y a partir de esta sensación sentida que procesa la experienciación del Otro, este terapeuta crea un símbolo o una imagen.

c) El símbolo propuesto por el terapeuta. Esta empatía permite tener al terapeuta una sensación sentida propia, generando o creando un símbolo que se convertirá en una propuesta para el Cliente, la que ocurre generalmente a través de una imagen o un *símbolo certero* (Gendlin, 1964).

El proceso total realizado por ambos participantes del encuentro terapéutico es un proceso totalmente artístico, impredecible y originalísimo, trabajando ambos desde sus propias subjetividades y llegando a conclusiones finales que a su vez son creaciones inter-subjetivas. La versión inicial de la Persona que sufre ahora se ve ampliada, transformada, mutada, enriquecida y embellecida por la precisión existencial y ontológica del terapeuta y confirmada por la sensación de exactitud de la experienciación de la misma persona.

La idea del creador (persona que sufre) y co-creador (terapeuta) entregando símbolos para que el otro pueda llegar a develar su ser, produciendo así el cambio tanpreciado y anhelado, y salir finalmente del estancamiento inauténtico. Proceso artístico que nace de la libertad y del respeto, de la no intervención, y que es enteramente focalizado en el proceso auténtico de la Persona.

El proceso de autopropulsión y la *caída luminosa* (11)

Cuando el símbolo certero del terapeuta llega a calzar con la experienciación sentida del Otro, entonces se enciende la *autopropulsión* (Gendlin, 1962). La autopropulsión ha sido uno de los conceptos más revolucionarios que Gendlin acuñó en 1962 (12) cuando estableció que el centro de significación está dentro de la persona y describe uno de los procesos más extraordinarios del ser humano: cómo se llega a crear la simbolización de la propia

experiencia. La autopropulsión permite el proceso de cambio a través de lo que Gendlin denominó la mutación de contenido, es decir después que cambia el modo de sentir; es más, a propósito de sentir de un modo distinto al habitual, la Persona llega al producto final de aceptar que ese símbolo creado por el terapeuta llegue para anidarse, para quedarse en la implicación existencial, muy dentro de sí mismo.

Aquí es donde Heidegger aparece, el Ser se revela, estando oculto, sólo la luminosidad del símbolo certero hace posible que la obra de arte de manifieste, es decir, que la autenticidad oculta del ser emerja como un gran cetáceo que surge súbitamente desde el fondo del mar, desde la denominada *autopropulsión* que subyace siempre en y desde el cuerpo, en este cuerpo en interacción silenciosa y sempiterna con el contexto inmediato. El símbolo certero es el instrumento de cambio del terapeuta, a través de él, se inicia una vez más la caída luminosa de la existencia que Nietzsche nos anunció casi al término del siglo XIX.

Los seres humanos somos una caída permanente desde que nacemos hasta que morimos, en el intertanto vamos haciendo e intentando el camino, nos distanciamos de él, nos perdemos en la oscuridad de nuestras decisiones inauténticas, entonces es cuando nos detenemos y el tiempo existencial se detiene, dejamos de caer existencialmente, dejamos de morir psicológicamente y de caer, dejamos de vivir y de bailar aunque pasen los años, pero de pronto nos sobreviene la angustia, como una luciérnaga en la noche oscura, aquel síncope de la libertad que nos adelantara Kierkegaard, el *símbolo certero* nos pone en movimiento, nos regresa a nuestra condición de seres humanos en caída permanente o en interacción incesante, volver a nuestra caída auténtica y verdadera, que se hace luminosa gracias a la dimensión estética del cambio, gracias a un arte denominado psicoterapia, pero que recién en la actualidad podemos comprender en totalidad, o al menos en un principio de una planicie por donde podemos ver la totalidad de la vida personal y de la existencia de un cosmos que ahora nos resulta sonoro y significativo.

La creación del significado: el arte de la autopropulsión y de la empatía

El terapeuta entrega un símbolo certero a la experienciación del cliente, acertando en el centro implícito de la sensación sentida, veamos por un instante qué ha tenido que ocurrir en ambos para que ciertos procesos se echen a andar. Centrémonos por un instante en lo que ha tenido que ocurrir en el terapeuta para que pueda llegar a crear un símbolo de tales dimensiones, es decir, empático, sencillo de comprender y que sea una fiel imagen del fenómeno de su cliente. Nuestro terapeuta entonces ha realizado un evento, ha otorgado una imagen, ha logrado construir un significado correspondiente al fenómeno que vivencia el Cliente, esta creación de ese símbolo ha sido producto de una experienciación propia del terapeuta y por ende la creación metafórica o simbólica proviene de su propio entramado del terapeuta, pero en el intento de capturar el significado implícito del Otro.

Es un símbolo ofrecido a otro como una propuesta que sólo el Otro es capaz de calificar como exacta o inexacta, algo en el centro corporal del Otro le hace sentir como exacto ese significado. El poder convertir dicho símbolo en certero es exclusivo de la sensación sentida del Cliente, ella es el crisol que legitima la verdad subjetiva máxima del cliente cuando dice Sí, eso es!!!

El símbolo certero es el fruto de las propias experiencias vividas por el terapeuta y simbolizadas correctamente y de aquellas otras experiencias similares y difíciles de simbolizar, de su propia caída -a veces no tan luminosa- y que han necesitado de años de trabajo para llegar a clarificarlas, para descubrir el verdadero significado que han tenido para la propia sensación sentida. El terapeuta crea símbolos desde su propio experienciar, para sentir lo que el otro siente y a partir de ello proponerle algo que llega a resonar para el cliente. Por eso es que la verdadera empatía es aquella que nace desde la propia corporalidad del terapeuta, no una interpretación cognitiva de lo que siente el otro, sino un eco vivencial de un

ser humano semejante que logra sentir y decir lo que el cliente no podía, porque estaba atado de manos frente a su propia experiencia.

Veamos ahora cómo es que el cliente llega a co-crear; por un lado, todo su cuerpo y su lenguaje logran transmitir en grueso toda una experiencia *versionada* de un modo muy personal, nunca antes dicha, muchas veces repetidas para sí mismo, sin resultado de avance alguno. Nunca antes dicha significa que nunca ha sido experimentada del modo presente en interacción con su terapeuta, de modo que ahora está en una interacción nueva y aceptante. El cliente navegaba en la niebla, hasta encontrarse con su terapeuta, sintiendo intensamente pero sin encontrar las palabras nueva, avanza a tumbos sin lograr afirmarse sino en sus propios símbolos antiguos, torcidos y acomodados en la forma en que lo siente, pero sin lograr la explicitación.

Entonces el *cuerpo versiona* del tal manera que logra explicitar dejando un material implícito disponible a la empatía del terapeuta, hasta que el terapeuta logra vivenciar esa profundidad, logra *sentir* esa forma tan particular de sentir, es como sentarse en la silla eléctrica de aquel que está sentado en ella minutos antes de culminar la ejecución, es como haber navegado sin referente, sin un farol como referente, hasta este encuentro. Por ello es que el terapeuta se constituye en un compañero que atina a alumbrar con su farol encendido por la propia empatía, para llegar a hacer una propuesta, y así en medio del mar y la tormenta angustiosa de no saber, de tan solo vivenciar algo sin saber qué es, al momento de emerger el símbolo certero, el cliente aplaude angustiosamente que ESO es lo que él siente, es eso que se acaba de decir, ese símbolo es certero porque logra remover el oleaje más profundo de los significados del Cliente.

La auto-propulsión del Cliente se prende ante el símbolo certero y entonces todo comienza su movimiento, el avance comienza a manifestarse, el movimiento permite que las cosas se

queden donde están y sea sólo el cliente quien se mueva, el único SER que cambia y se incorpora en esa cueva oscura donde se estaba y que de pronto comienza a ser invadida por la luz, y así es cómo se reanuda la caída luminosa, impulsada por su movimiento y se torna luminosa por ser la vida auténtica la que llega después de años de oscura inmovilidad.

La construcción sentida del significado ha hecho posible el gran movimiento, para re-iniciar la caída y hacerla luminosa por la vida que ha retornado al Ser.

Cliente y Terapeuta, han culminado una obra de arte, empujados por la autopropulsión del primero y por la empatía del segundo.

Conclusiones

1. El terapeuta es un artista porque se apoya en su propia experienciación, debiendo ser él mismo durante la sesión terapéutica, pudiendo ser la Persona que él es, y no es un técnico, sino para sentir empáticamente, y a través del respeto de la no intervención, entregue símbolos que sean certeros y exactos a la experiencia del otro. Su proceso es creativo porque se apoya en su propia sensación sentida, dejando de lado sólo sus creencias personales.
2. El terapeuta trabaja con su subjetividad total y corporal ante una Persona que sufre en su totalidad. La sensación de sentida de ambos interactúan en una profundidad significativa. La palabra llega a ser poética, porque interactúa y devela al ser del modo en que Heidegger denominó a la palabra como la morada del ser, evocando imágenes que describen imprevisiblemente las distintas aristas de nuestro ser, deviniendo en una palabra certera y estética. El símbolo certero entregado por el terapeuta logró sintetizar el proceso experiencial global del cliente.
3. El arte de la psicoterapia consiste además en el arte del Encuentro Existencial ontológico, habiendo dos seres que se comunican desde la autenticidad para atender la autenticidad troncada en uno de ellos: la persona que sufre.
4. El artista principal es la persona que sufre al simbolizar en forma exacta su experiencia gracias al co-creador que es el terapeuta. Ambos realizan una labor ampliamente creativa.

5. La Obra de arte es el proceso de cambio que genera la individuación auténtica no porque el terapeuta sea un buen lingüista, ni use una palabra elevadamente abstracta sino simplemente porque surge de su propia autenticidad, contribuyendo a que el SER auténtico de la Persona se manifieste, el terapeuta es un artista ontológico.

6. Como nunca el arte de la psicoterapia cuenta con tan claros recursos en torno al ente que gravita al centro luminoso de la experiencial total, en sus aspectos detenidos y en fluir, y que sólo en ese espacio iluminado por el símbolo certero puede el ente permitirse estar oculto para que lo implícito vuelva a ser lo que fuera cuando nacimos, cuando la experiencia y la autopropulsión eran una sola en la interacción incesante con el mundo. Desde allí comenzó nuestra caída luminosa y la psicoterapia resulta ser una opción para recuperar nuestro ser y permitirle caer auténticamente, para morir un día como seres plenos de existencia.

7. La Psicoterapia debe continuar su futuro de investigación junto a una labor de amplio conocimiento totalizante acerca de la naturaleza humana y del drama humano en particular. Se ha demostrado en la práctica clínica que el terapeuta con formación científica y filosófica puede ser un artista en la sesión terapéutica haciendo uso de su sensibilidad y aplicando sus conocimientos científicos más avanzados, su conocimiento artístico y filosófico más profundo. Ciencia y arte se encuentran en el drama humano concreto, en el fenómeno humano por excelencia, el cambio en el proceso artístico de ser uno mismo.

Artículo recibido en: 04/02/2013

Manejado por: Editor en Jefe - IICC

Aceptado: 07/06/2013

No existen conflictos de interés

Referencias

1. Buber, Martin.(1923). *Ichund Du* (Yo y Tú) Traducción de Horacio Crespo.Buenos Aires Ed. Nueva Visión.
2. Friedmann, Neil.(2007). *FOT. La terapia con Orientación al Focusing. Una contribución a la práctica, enseñanza y comprensión de la terapia con Orientación al focusing..*New York. iUniverse Inc.

3. Gendlin, E.T.(1962). *Experiencing and the Creation of Meaning*. New York Macmillan.
4. Gendlin, E.T.(1964). *A Theory of Personality Change*, En *Creative Developments in Psychotherapy* de A. Maherr (Ed.) Cleveland.Case-Western Reserve.
5. Riveros, E. (2009). *Un Modelo Procesal.Parafraseando a Eugene Gendlin*, Instituto Focusing de Ecuador, circulación restringida de 1ª Edición.
6. Yela, M. (1972). *Una psicoterapia de la Libertad*, ver el Prólogo al libro Rogers, C y Kinget, M. *Psicoterapia y Relaciones Humanas* (Tomo I y II).

NOTAS

²*Epodee*, la palabra encantada usada en la antigua Grecia para la curación mágica, está presente ya en la *Ilíada* de Homero (700 A.C.)

³La obra de arte al consagrarse, trasciende el tiempo, haciéndose *eterna*, por ello nos impacta en cualquier tiempo y lugar, estética y dramáticamente. El arte no es antiguo en el sentido de *pasado de moda*, siempre es vigente. En la ciencia, por el contrario sólo es vigente, aquello que es una verdad científica hoy, puede refutarse *ipso facto* al acontecer una nueva teoría o un nuevo hecho que la refute. Lo válido para la ciencia es lo último. N. del A.

⁴No obstante, en la época de Rogers aún no se podría haber interpretado una explicación válida para el mismo, ya que no se contaba aún con una teoría, o una completa interpretación teórica del fenómeno del cambio y sobre todo por el papel crucial del cuerpo en dicha interpretación. Recién en el año 2004 surge una teoría completa del papel del cuerpo significativo dentro del contexto de cambio. Esta fue la revolución experiencial, fundada por el primer filósofo que además es psicoterapeuta en la historia de la Filosofía. Es sabido que los filósofos tienen alma de psicólogos porque el ser humano es la gran figura de preocupación de la filosofía, pero en esta ocasión y gracias a la ciencia que Rogers estaba inaugurando en psicoterapia hizo que un joven filósofo de la época Humanística emergente, hubiera querido entrenarse con el mismo C. Rogers y de allí tenemos una primicia en psicoterapia, i.e.; contar

con la teoría que ha surgido del genio de un hombre que ha sido un artista como terapeuta y un artista como filósofo. Ver **Un Modelo Procesal. Parafraseando a Eugene Gendlin**, referencia bibliográfica que se encuentra en la bibliografía del presente documento. N. del A.

⁵Martin Buber (1878-1965) considerado el filósofo existencial de la relación y del diálogo del siglo XX. N. del A.

⁶Ver al respecto, el prólogo de Mariano Yela titulado *Una psicoterapia de la Libertad*, al libro que irrumpió en la década de los 70 en Europa cuando fuera traducido al castellano el libro de Rogers Psicoterapia y Relaciones Humanas (Tomo I y II). N. del A.

⁷Eugene Gendlin (1926) filósofo y psicoterapeuta que se entrenó con Carl Rogers, siendo co-investigador y creando posteriormente *la Filosofía de Lo Implícito, la creación del significado, el Focusing y la sensación sentida*. N. del A.

⁸*Frozen wholes*, todos congelados que detienen el proceso de experienciación, deteniendo el fluir implícito de la experiencia, suspendiendo la interacción fundamental de la experiencia y sus símbolos. Ver *Una teoría del cambio de la personalidad* de Gendlin (www.focusing.org). N. del A.

⁹*Felt sense*, concepto de Gendlin traducida en España por Carlos Alemany como sensación sentida, es una organización interna y experiencial que construye el propio significado, que aparece por primera vez en 1979, dos años antes de la publicación del libro conocido como **Focusing**. N. del A.

¹⁰Resonancia es la acción de formular un símbolo terapéutico que interprete fielmente la experiencia implícita de la Persona. Inicial mente Rogers llamó a esta acción de retroalimentar al cliente como reflejo o actitud reflectiva. Esta resonancia permite al cliente sintonizar mejor el propio proceso de generar el significado. Ver el libro *FOT. La terapia con Orientación al Focusing. Una contribución a la práctica, enseñanza y comprensión de la terapia con Orientación al focusing* de Neil Friedmann, traducido por Edgardo Riveros (2011)

¹¹Gendlin, E. *Experiencing and the creation of meaning*, 1962, Corresponde a la tesis doctoral de Gendlin, inspirada en Dilthey en su concepto de *experiencia concreta respecto a algo concreto*, tesis publicada el mismo año de la fundación de la Asociación de Psicología Humanista. Tal vez este concepto de autopropulsión (*carrying forward*) sea uno de los conceptos más revolucionarios del autor

del Focusing, debido a que instala el origen del cambio en el cuerpo significativo del Cliente, es decir, es la persona que crea su propio significado, echando por tierra 25 siglos de creación del significado ubicado en el locus de control externo (interpretaciones exógenas propia de la tradición occidental, donde se enmarca la sabiduría). La autopropulsión es aquella energía de certeza en concebir que los símbolos vienen desde el centro corporal (locus de control interno), desde ese centro donde se genera nuestra actividad onírica, hoy en día interpretada por el focusing desde adentro. N. del A.

¹²Nietzsche es el autor del termino caída luminosa, para significar que nuestra existencia comenzó a caer hacia la muerte en el día en que nacimos y que nosotros podemos hacerla una caída luminoso si es que desarrollamos nuestro potencial auténtico, esta idea ha sido profundizada por Heidegger llevándola a la academia y a la discusión filosófica en la discusión fenomenológica y existencial tan propia del siglo XX. En el ámbito psicológico este concepto es tomado por C. Jung y también por A. Maslow en su idea del desarrollo del potencial humano, convirtiéndose en una esperanza del Movimiento Humanista en Psicología en los años 1962 y que Rogers le asignó una fuerza que impulsa a todo ser vivo a crecer de acuerdo a su potencial, y que finalmente Gendlin lo transforma en un concepto clave de su teoría de la experienciación y de la construcción del significado conocido hoy como autopropulsión (*carrying forward*), la energía que impulsa la construcción del significado.