

COLECCIÓN PROFESIONAL

Andrés Sánchez Bodas | Leo Vidoni

PULIENDO LENTES

**LA CONSCIENCIA EN
EL PROCESO TERAPÉUTICO**

PRÓLOGO
EDUARDO DANIEL RODRÍGUEZ

granAldea EDITORES

Andrés Sánchez Bodas | Leo Vidoni

PULIENDO LENTES

LA CONSCIENCIA EN
EL PROCESO TERAPÉUTICO

PRÓLOGO EDUARDO RODRÍGUEZ

gran**Aldea** EDITORES

Sánchez Bodas, Andrés Ricardo

Puliendo lentes : la consciencia en el proceso terapéutico / Andrés Ricardo Sánchez Bodas ; Leonardo Vidoni ; editado por Estela Falicov. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Gran Aldea Editores - GAE, 2021.

(Profesional)

Libro digital, EPUB

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-987-8458-09-0

1. Filosofía Existencial. I. Vidoni, Leonardo.
II. Falicov, Estela, ed. III. Título.
CDD 142.78

Cuidado de la edición: Estela Falicov

Diseño de cubierta, interior y diagramación: Michelle Kenigstein

Primera edición: octubre de 2021

ISBN 978-987-8458-09-0

2021 © Gran Aldea Editores

Tel.: (+54911) 3596-8675

efalicov@gmail.com

www.granaldeaeditores.com/

Conversión a formato digital: Libresque

Se prohíbe la reproducción total o parcial, por cualquier medio electrónico o mecánico incluyendo fotocopias, grabación magnetofónica y cualquier otro sistema de almacenamiento de información, sin autorización escrita del editor.

*A mi padre, Dante, que me acunó
con libros y cuentos del mar y
puertos de posguerra.*

Leo

*A uno de mis grandes maestros, el
Dr. Guillermo Steffen; con y desde
él aprendí el método terapéutico
del Ensueño Despierto, una
enseñanza que me abrió el camino
del trabajo con la imaginación.
Esta cualidad humana es esencial
para liberar la creatividad y
generar proyectos. Muchas gracias.*

Andrés

PRÓLOGO

EDUARDO DANIEL RODRÍGUEZ*

Prologar es un término que proviene del griego πρόλογος (prólogo), y sería algo así como anticipar, escribir a favor de un discurso para introducirlo. Ahora bien, me invitaron Andrés y Leo a *prologar* este libro y, más allá de toda etimología, se me da por pensar que *prologar* es un modo de *prolongar*, en tanto es un inicio que tiene la peculiaridad de hacerse *a posteriori* de la lectura del material –con todas las resonancias que implican el haberlo ya leído–, que empieza de algún modo a ser desandado.

Es un *prolongar* porque se amplía la obra en su extensión (aunque solo sea con unas pocas páginas más), pero además en su comprensión (mis comentarios compartidos aquí), y con la responsabilidad de adelantar una serie de impresiones y ecos siempre personales.

Sí, es saborear lo recibido, que supone un cierto detenerme en el tiempo, a modo no solamente de reflexión sino también de inspiración, alcanzado por esa revisión

creadora de tantos conceptos centrales que en el libro se discuten: *encuentro, relación, vínculo, proceso, afectividad, emoción, escucha, consciencia, intuición, yo, nosotros, empatía...*

¡Bueno, sí!, vengo diciendo que me invitaron a *prologar* este texto, pero siento que es más que eso, siento que me permitieron avistar un diálogo fecundo entre intelectuales, entre profesionales de la “relación de ayuda”, entre amigos. Y para mí es un grato placer participar de esta tarea que, en lo personal, resulta todo un acontecimiento. Es como asomarse a lo que fueron haciendo y que a la vez va gestándose, y participar de la experiencia de algo que nace y crece es siempre un privilegio.

Insisto, suena casi desorientador esto de poner adelante lo que se da último (por eso se me ocurre que los *prólogos* tendrían que ser de algún modo epílogos), pero, ¡claro!, allí no podríamos cumplir con el pedido amistoso de nuestros autores de introducir a cualquier próximo lector o lectora en este “juego epistolar”. Así que a esta tarea me aboco, compartiéndoles antes que nada mi propia experiencia de acercamiento a este rico y singular material.

Sumergirme en este “juego” me trajo a la memoria, por ejemplo, la iluminadora correspondencia entre Descartes y la princesa Elisabeth de Bohemia, o las reveladoras cartas de Nietzsche a sus amigos Peter Gast (Johann H. Köselitz) y Franz Ovebeck, o incluso las de Rainer M. Rilke con Franz X. Kappus, que dieran origen a esa bellísima publicación del escritor alemán titulada *Cartas a un joven poeta* -solo

para nombrar algunas de las que me han resultado más significativas-.

En lo personal considero que acercarse al género epistolar es de una enorme riqueza, porque nos muestra un perfil de los escritores y escritoras que en general los textos callan. Es cierto que aquí ya no estamos frente a cartas manuscritas (con toda esa singularidad del “puño y letra”), que cruzaban en un sobre lacrado la geografía real (en tiempos que demandaban mucha paciencia y riesgos de extravío), sino ante una información digital que se comparte en el marco contemporáneo de la inmediatez; de todos modos, la intensidad de las ideas que fluyen en este rico intercambio conservan el cuidado de la palabra escrita.

Y me encontré de arranque nomás con una fiesta de autores y corrientes que van subiendo a escena en un gran despliegue a lo largo de la obra: Spinoza, Rogers, Gendlin, Husserl, Heidegger, Bateson, Kurt Goldstein, Antonio Damasio, Merleau-Ponty, Roger Bartra, Allport, Freud, Jung, Fritz Perls, Levy Moreno, W. James, David Bohm, Bergson, Buber, Teilhard de Chardin, Nietzsche, Sartre, Kropotkin, Eugenio Carutti, Freud, Hobbes, Maturana, Francisco Varela, Viktor Frankl, Bauman, Byung-Chul Han, Mircea Eliade, Campbell, Budismo Zen, Taoísmo, y la lista sigue.

En este fluir vital que los autores proponen son muchas las vivencias que me invaden, los pensamientos que me surgen, las preguntas que me hago. Por lo pronto, la dinámica por ellos presentada me trae a la memoria un

cuento coreano que alguna vez leí en un libro compilado por Jean-Claude Carrière. La historia hablaba de un amnésico que iba de camino con un bonzo al que hartó, preguntándole a cada momento su nombre y su destino. Pasaron la noche en la misma habitación del albergue, y a la mañana siguiente, un poco para vengarse de tan insufrible compañía, el bonzo despertó antes, se puso las ropas de su compañero y se marchó. Cuando el amnésico se levantó, se vistió con lo que encontró y al mirarse al espejo se dijo: *“¡Oh!, he aquí al bonzo que estaba conmigo ayer, pero y yo, ¿dónde estoy? Es absolutamente necesario que me encuentre”*. Y partió en su propia búsqueda. ¿Por qué asocio el cuento con la lectura de este texto? Porque – sin llegar obviamente al extremo del amnésico–, creo que cada lector/a, si quiere realmente aprehender lo que está leyendo (como en otros casos escuchando o viendo), tendría que “olvidar” de alguna manera lo ya conocido, “vaciar”, para hacer lugar a los nuevos aprendizajes; y Andrés y Leo provocan esto con mucha maestría.

Puedo decirles que adentrarme en este profundo diálogo me llevó además a la vivencia buberiana de las relaciones *“Yo-Tú”*, esas que *“rozando ribetes del Tú eterno”* se dan en la atmósfera de lo sagrado. Y no hace falta que esta sea una relación necesariamente religiosa, porque uno puede asomarse a la idea de Martin Buber desde esa intuición sobrecogedora de lo absoluto, del misterio, que nos da la vivencia de la totalidad y de la que participamos cuando

nos abrimos a “lo Otro”. ¡Y cómo no asociar este trabajo también al libro *Ecosofía*, de Raimon Panikkar, con su visión cuaternaria de lo humano en tanto *Soma - Psyche - Polis - Aion!*

Esta lectura me trajo, además, el grato recuerdo de Martin Heidegger, en aquel relato de la *Carta sobre el humanismo*, en el cual nuestro autor trae a cuento esa anécdota donde Heráclito despierta la curiosidad de unos extranjeros que se acercan para observarlo, esperando encontrarlo en la actitud excepcional del pensar, en algo que pudiera ser motivo de comentario y admiración. Pero nada de eso sucede, solo lo ven “*quitándose el frío junto a un horno de pan*”. Cuando entonces deciden marcharse desencantados, es que el sabio los invita a entrar con estas palabras: “*Vengan que también aquí hay dioses*”. Sí, “*también aquí*”, junto a un horno, en ese lugar vulgar, en medio de lo más ordinario, lo “extraordinario” puede manifestarse. Depende en buena medida de “cómo miremos”.

Y Leo y Andrés hacen esto, se sacan sus lentes de “lo ordinario”, los pulen como Spinoza -aquel gran maestro del siglo XVII-, y desde esas nuevas perspectivas observan con una gran profundidad las realidades de los procesos en las relaciones de ayuda (y en definitiva de cualquier encuentro), pero no se las reservan para sí, sino que las hacen salir de sus dispositivos, para entregárnoslas en estas páginas.

Sí, fui un afortunado testigo que vio cómo una idea despertaba otra, cómo una emoción habilitaba un clima de empatía, cómo una inquietud daba lugar a una búsqueda común. Preguntas, intuiciones, análisis, reflexiones, emociones, sentimientos, silencios...

Estamos frente a una obra que es un ida y vuelta, un círculo virtuoso, un cambio permanente de lentes entre Leo y Andrés, un zambullirse en *“las aguas de la vida”*, y que nos brinda la posibilidad de nadar junto a ellos.

* Profesor de Filosofía, Consultor Psicológico (Counselor). Docente a nivel terciario y universitario durante más de 35 años. Desde 1995, ejerció la capacitación filosófica en Institutos de formación de Consultores Psicológicos (Holos San Isidro, Holos Capital) y el Profesorado del Sagrado Corazón. Desde 2004 complementó su actividad con la Asesoría Filosófica y la divulgación de la filosofía, a través de Cafés y Vinos Filosóficos. Coordina su Espacio Cultural “La Conversa”, en el barrio porteño de Boedo. Autor del libro *Filosofía al Paso* (Editorial Edhasa, 2017). E-mail: edudarodriguez@gmail.com

INTRODUCCIÓN

Este texto surgió de una inquietud inicial sobre la posibilidad de integrar a una relación de ayuda, tal como la concebimos, un cuarto “elemento” a la clásica tríada que manifiesta la mayoría de las corrientes o movimientos terapéuticos existentes. Dicha terna hace referencia a la intervención en cada vínculo terapéutico, de una/s persona/s que consulta/n, un profesional que atiende, y una relación que se establece. Cada teórico investigó desde su encuadre epistemológico y sacó sus conclusiones, que podrían resumirse en dos maneras de nominarlo: transferencia y encuentro, con sus distintos modos de desarrollarlo y de promover/sugerir distintas formas de intervención. Desde una primera comunicación, vía email, que tuvo su respuesta, se originó un intercambio, que paso a paso fue ampliándose, y desde ese inicio, llegamos juntos a 48 conversaciones, que abren el juego hacia una nueva forma de estar presentes y atentos a esa cuarta cualidad.

Esa instancia contenedora, que denominamos “cuaternidad”, partía de la intuición experimentada en la

práctica profesional de muchos años que comenzamos llamando “proceso”.

En síntesis, se presentan los siguientes componentes: consultante/s, consultado, vínculo y el proceso que engloba a los tres anteriores.

Coincidimos en que es el proceso en sí mismo lo que conforma, contiene, influye y significa; tiene “un lugar”, que está más allá y está siempre; y nos preguntamos cómo incluirlo, cómo definirlo, qué nombre ponerle.

Desde ese inicial emergente, transitamos un ir y venir, cada uno de nosotros aportando desde su peculiar modo de mirar, de pensarlo, y de explorar la propia experiencia y la de pensadores prestigiosos de ámbitos diversos, tales como las filosofías de Occidente y Oriente, de psicologías de ambas vertientes, antropologías filosóficas, neurociencias, poetas, músicos, novelistas; de hecho, cada uno de nosotros buscó en sí mismo y en aquellas personas inspiradoras que nos orientaron, lo que sucede cuando intentamos facilitar aquello que quienes nos consultan requieren para aliviar algún tipo de sufrimiento, psíquico, emocional, sentimental o relacional.

El título fue surgiendo poco a poco, hasta que uno de nosotros recordó que, al ser desterrado, el gran filósofo Baruch Spinoza se dedicó hasta el fin de sus días a pulir lentes para vivir y mantenerse. Nos pareció una hermosa metáfora, pues lo que estábamos haciendo como seres perceptuales que somos era intercambiar ideas y vivencias para pulir nuestros lentes, y poder “ver” mejor, lo que pasa

cuando estamos ante esos otros que nos piden ayuda. Y que, al hacerlo, también estamos favoreciendo que sus “miradas”, acerca de lo que les pasa con lo que les pasa, puedan ser aclaradas cuando sus propios “lentes” perceptuales se “limpian y se pulen”.

Ese trabajo paciente de pulir para ampliar y despejar la percepción nos pareció importante, porque sabemos que, cuando se logra, se hace más fácil poder distinguir qué hacer con lo que nos está produciendo algún malestar. Así como también sabemos, por la experiencia que nos aporta nuestro Modelo Centrado en las Personas, que favorecer una apertura perceptual en un clima relacional libre de amenazas produce en la mayoría de quienes consultan un mejor encuentro consigo mismos y, a partir de allí, dar lugar a que florezcan posibilidades de cambios y transformaciones.

Los diálogos se fueron dando como si se desprendieran naturalmente en una charla junto al fuego, pasando por temas y autores que nos reverberan personalmente, pero que también daban cita a otros tópicos y a nombres impensados, por aquella “vida propia” que el encuentro mismo desarrolla.

Esa era la forma de comprobar en nuestro particular intercambio que, además de nuestras individualidades y del vínculo preexistente que ya habíamos ejercitado, al lanzarnos al ruedo ocurría algo más.

La consciencia de ser en cuanto autopercepción, junto al enigma de su locación, y los alcances e hipótesis acerca de

su preexistencia como una característica del inexplicable fenómeno de la vida; es decir, las preguntas acerca de ello, su influencia y la acción sobre los procesos terapéuticos y la vincularidad en general, fueron leños de ese fuego que nos acompañó al dialogar. También la solidaridad, la ayuda mutua y la cooperación como motores de una transformación necesaria.

Además, rondamos con sigilo, para no ahogarlo en viejas definiciones, en torno a un salto, un salto epistemológico en la comprensión. Es decir, con el anhelo de asomarnos a comprender que atávicos modos de nombrar a la experiencia no están logrando actualizarse, no están adaptándose con gracia y justeza a lo que viene.

Nos hacen falta nuevos imaginarios, nos hace falta pensar colectivamente, dialógicamente. Se trata de diseñar nuevos acuerdos, mapas fluyentes para territorios que cambian sin descanso.

Quedan las conversaciones a vuestra disposición, esperando, con y desde ellas, facilitar reflexiones y modos de acción que nos acompañen en la intención que expresamos.

Leo Vidoni y Andrés Sánchez Bodas
2021

1

ANDRÉS

Centrados en el proceso: Cuaternidad relacional

La gran revolución que generó Carl Rogers fue el centrarse en la persona, y no en el terapeuta o counselor, como venía sucediendo –y aún continúa en otras líneas–, generando esa famosa idea de que no le damos el poder al consultante, sino que simplemente no se lo quitamos. Eso fue su “sello”, que desarrolló práctica y teóricamente en su Modelo Centrado en la Persona.

Si bien hace años nuestro colega argentino Luis de Nicola presentó un excelente trabajo donde explicaba que el concepto de persona, no implicaba “un individuo”, y Virginia Moreira Leitao, colega de Brasil, en su libro *Más allá de la Persona* hizo una fuerte crítica a la idea individualista que implicaba para muchos la idea de “persona”, sigue habiendo en nuestro movimiento esa concepción original –persona es un individuo– propia de un modelo surgido en Estados Unidos de Norteamérica. Sin embargo, una lectura profunda, en el sentido de Jacques Derrida de deconstrucción, permite aclarar que en Rogers estaba la idea de relación como el eje del centrarse en la

persona, pero no en el proceso en sí mismo. Con el correr de los años posteriores a su fallecimiento, fueron apareciendo discípulos que hacían eje en alguno de sus conceptos e incorporaban otros, generando grupos que alguien denominó "tribus". Entre ellos se encuentran clásicos, experiencialistas, analíticos, procesuales, expresivos, sistémicos caóticos, fenomenológicos existenciales e integrativos. Sin embargo, muchos siguen centrándose en la persona como individuo, otros suman el vínculo, agregando a su escuchar recursos metodológicos que se integran a los verbales creados por Carl Rogers.

La única manera que observo de superar este dilema, y apuntalar lo holístico y el "nosotros", consiste en un modelo que denomino *centrado en el proceso*, que no es lo mismo que centrado en la relación, porque en esta última opción se sigue hablando de tres partes: una que relata lo que le pasa con lo que le pasa y la otra escucha, la relación que se establece, y luego el profesional interviene con la metodología que sustenta su saber. Qué pasa si pensamos que si bien hay dos en un inicio, alguien que consulta y alguien que es consultado, y lentamente la relación emerge uniendo esas dos partes iniciales en una sola: el vínculo, que marca el camino y, en ese transitar, hay momentos donde este es experiencial, otros clásicos, analíticos, caóticos, fenomenológicos, expresivos, integrativos, etcétera.

Esto trajo aparejados grandes desafíos en la formación de futuros colegas en la cual, además de enseñar y practicar el

modelo original, se incorporan, como hacen los artistas, recursos diversos (no olvidemos que lo que hacemos es un arte) que, integrados en el profesional, pueden emerger de lo que marca el proceso, como “pinceladas” de un pintor, o notas musicales que nacen del instrumento que usa el músico, o “cinceladas” de un escultor, que se dejan llevar por la obra que están realizando. Es la obra la que lleva a ese artista, no la tela, ni el pincel, ni los colores, ni el mármol, ni los aditamentos que utilice. Salvo que ese “artista” solo reproduzca una realidad “real”, una música hecha por otro, algo que está preconcebido e implica que no se aleje ni un ápice de lo transmitido; en ese caso, lo que hace esa persona no es arte, sino una copia. Esto es lo que hacen muchos colegas cuando reproducen intervenciones “terapéuticas” de sus maestros, y no son ellos mismos entregados al arte de crear salud y facilitar el desarrollo personal. Es aquí donde la idea que planteo en mis textos desde hace años, esto que he denominado holístico, integrativo, quiasmático, que surge desde una posición ética no directiva, donde no entrego el poder, ni lo quito, se lo doy al proceso que rodea al triángulo formado por consultante, consultor, relación, y me dejo guiar por él.

Por otra parte, esto diluye cualquier idea de “tribu”, o agrupación liderada por alguien, y que implica de por sí un modelo dogmático, en la medida en que piensa que su método es el mejor. Interesante paradoja que hay que superar si queremos que el *nosotros* sea el camino de la revolución humanística descentrada de lo humano.

Para ello hay que pensar en el principio de la cuaternidad, “ley” que “mueve” el universo, lo vivo y lo no vivo. Tenemos aquí los cuatro elementos -tierra, aire, fuego, agua-; las cuatro estaciones -verano, otoño, invierno, primavera-; el cuadrado donde si se unen la cuatro puntas aparece el círculo; la cruz de Cristo, donde si se unen la cuatro puntas se forma un óvalo (el círculo y el óvalo son equivalentes a mandalas), que marcan la idea de algo que cierra la Gestalt; la armonía es circular u ovalada, la cuaternidad humana -biológica, social, psicológica, espiritual-; las cuatro vivencias con las que nace un/a bebé -tristeza, alegría, miedo, amor-, y los cuatro jinetes del Apocalipsis -el caballo rojo, la guerra; el bayo, la muerte; el negro, el hambre; el blanco, la esperanza-, este último, como la alegría y el amor, el otoño y la primavera, lo espiritual como la posibilidad de trascender, el aire y el agua para sobrevivir. ¿Metáforas, mitos, realidades, leyes?

Te preguntarás a qué viene esto: por qué y cómo centrarse en el proceso es el camino más adecuado para ayudar a alguien a encontrarse consigo mismo y con los otros en un camino de despliegue amoroso en el nosotros.

Si solo nos centramos en quien consulta y en el vínculo, nos olvidamos de ese todo que nos envuelve; si solo nos centramos en nosotros como profesionales y en cómo intervenir, no acompañamos al consultante, sino que lo dirigimos hacia donde nuestra teoría/verdad indica que es lo mejor para ese otro y entonces elegimos por él/ella; si

solo nos centramos en la relación seguimos centrados en nosotros, atentos a ver lo que pasa “en y dentro de ella”.

Si mientras estamos allí, presentes en los instantes que devienen, pero sobre todo de aquello que no es visible, si no lo queremos ver, que es el proceso, el cuarto elemento, el cuarto jinete, el que nos indica un camino, que no sabemos de entrada, que tampoco lo sabe el consultante, y es por ello invisible. Invisible, pero que da sentido a esa relación, invisible como el espacio entre dos árboles, o dos cosas, que hace que veamos dos. Ese espacio que nos engloba es el que nos guiará, si nos entregamos a que eso suceda de una manera cuaternaria, integradora.

Si mientras estamos allí nos descentramos de las tres partes -consultante, nosotros, la relación- emerge el proceso en sí mismo, y esto acontece/sucede; si tenemos incorporadas las actitudes y la noción de no directividad, así como algunos recursos que se hicieron “carne” - encarnaron en nuestro ser profesional- y surgen solos, de improviso, y se manifiestan en nuestras intervenciones.

A mí me sirve, antes de intervenir, mirar hacia arriba, dejarme llevar por lo que escucho de ese “invisible” proceso circular, esa totalidad que nos engloba, a la que solo puede accederse desde la intuición, que nos aleja de la razón y nos libera en un encuentro con el quiasma que transitamos juntos.

Sé que es difícil explicar esto: el lenguaje es lineal y lo que sucede es recursivo circular; por ello la noción de

quiasma es útil para entenderlo y ejercerlo. Necesitamos metáforas también, quizás poesía.

Por supuesto, no siempre es posible, no toda relación de ayuda lo posibilita, no siempre se dan las circunstancias para que ello pueda darse, a veces las emergencias del otro y las nuestras lo dificultan, pero ello no impide que tengamos ese objetivo.

Nota: El proceso es el caballo blanco; el rojo es el conflicto; el bayo es la vivencia de finitud, la angustia existencial, la pérdida de sentido; el negro, la necesidad, el deseo, la injusticia que nos invade.

2

LEO

Sobre lo cuaternario

Muy bueno, Andrés, ese movimiento para identificar el proceso como cuarto elemento en la experiencia del encuentro.

Lo de “mirar hacia arriba” que utilizás como recurso en determinado momento para echar mano a una presencia con perspectiva ampliada, me recuerda a cuando Rogers contaba lo de sentirse flotando en la situación terapéutica, cuando la relación fluía libremente y no se obstaculizaba.