

EL DOBLE USO DE LA PALABRA EN LA HISTORIA DE LA PSICOTERAPIA: TÉCNICA Y MEDIACIÓN

THE DOUBLE USE OF THE WORD IN THE HISTORY OF PSYCHOTHERAPY: TECHNIQUE AND MEDIATION

Julián Gómez Peñalver

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1202-3205>

Hospital Universitario de La Princesa. Madrid, España.

Carlos Rejón Altable

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4076-0066>

Hospital de día. Hospital Universitario de La Princesa. Madrid, España
Universidad Autónoma de Madrid. Madrid, España

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Gómez Peñalver, J. y Rejón Altable, C. (2023). El doble uso de la palabra en la historia de la psicoterapia: Técnica y mediación. *Revista de Psicoterapia*, 34(126), 149-162. <https://doi.org/10.5944/rdp.v34i126.37227>

Resumen

El objetivo de este artículo es mostrar cómo la historia de la psicoterapia y sus textos pueden leerse bajo una doble mirada: la historia de la palabra técnica y la historia de la palabra facilitadora para la subjetivación. La psicoterapia como forma de actividad se situaría a nuestro parecer en la tensión y entrecruzamiento entre estas dos posibilidades de lenguaje en su trato con el sufrimiento (técnica y mediación), traduciendo la posibilidad de que se comprenda a sí misma no únicamente como un conjunto de técnicas necesarias para acceder a una verdad disponible, sino aquella que, sirviéndose de un saber experto, busca producir un acontecimiento que genere un cambio en el individuo. Esta posibilidad de lectura conlleva una serie de implicaciones, entre las que destaca la atención al momento resubjetivador como motor de cambio en el encuentro con el paciente, y permite pensar, además, cómo idénticos malestares pueden ser formulados en lenguas teóricas diferentes.

Palabras clave: *psicoterapia, historia, palabra, cuidado, subjetividad*

Abstract

The objective of this article is to show how the history of psychotherapy and its texts can be read under a double gaze: the history of the technical word and the history of the facilitating word for subjectivation. Psychotherapy as a form of activity would be located, in our opinion, intersecting between these two possibilities of language in its dealings with suffering (technique and mediation), translating the possibility of looking itself not only as a set of necessary techniques to access an available truth, but one that, using expert knowledge, seeks to produce an event that generates a change in the person. This possibility of double reading entails a series of implications. First, resubjectivation moment stands out as the engine of change in the encounter with the patient. Finally, it also allows us to think about how identical discomforts can be formulated in different theoretical languages.

Keywords: *psychotherapy, history, word, care, subjectivity*

Fecha de recepción v1: 27-03-2023. v2: 13-06-2023. v3: 25-07-2023. Fecha de aceptación: 26-07-2023.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: julianasensio.gomez@salud.madrid.org

Dirección postal: Julián Gómez Peñalver. Centro de Salud Mental Chamartín, C/Marqués de Ahumada, 11, 28028, Madrid. España

© 2023 Revista de Psicoterapia



Nota

Este artículo ha sido redactado como parte del proyecto del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades: La mirada filosófica como mirada médica (PGC2018-094253-B-I00).

La Historia de la Palabra Técnica

Desde muy temprano se cayó en la cuenta de los efectos del lenguaje en el cambio de los ánimos y las conductas de los individuos. La historia de la curación por la palabra, de resonancias mágicas en sus inicios, racionalizada después, culmina con la aparición de la psicoterapia propiamente dicha. Una psicoterapia en la que la palabra es operante y eficaz si se adhiere a una teoría que la sustente y a unos procedimientos que conformen un aparataje técnico destinado a aliviar el sufrimiento ajeno. El destino final de un uso que se convierte en práctica y que pretende erigirse como ciencia en el siglo XX, con la aparición del psicoanálisis y las ciencias de la conducta.

Si se acude a los textos clásicos griegos o a los estudios sobre la historia del uso curativo de la palabra, resulta asumible identificar las intenciones del orador en el uso técnico del verbo, que es provocar un cambio en el oyente por su efecto per se. Por supuesto, no nos referimos sólo al contenido de la palabra, sino a su uso concreto (el tipo de discurso en el que se incluye, oración, orden...) y a su fuerza perlocucionaria, a sus efectos extralingüísticos, enlazados al contexto de uso, como es singularmente el ritual. La idea central se mantiene: la palabra dice la verdad del problema y opera su cambio con arreglo a esa verdad. Bajo el uso del elemento mítico del ensalmo (*epodé*), fondea el propósito de que la propia naturaleza o acción primordial realizada por un Dios cumpla aquello que se recita o se canta mediante el uso del verbo. La propia textura fónica y significativa que acompaña a los remedios farmacológicos o quirúrgicos en el decir sugestivo (*thelkterios logos*) presente en las epopeyas homéricas también señala un primer camino evidente donde la palabra es eficaz de suyo¹.

Uno puede detenerse también en los templos de Asclepio e intuir qué función tenía la palabra en las apariciones que presentaban los necesitados de reparación, y aun cuando el carácter exógeno de los ensueños divinos, reflejados de manera cómica en los textos de Aristófanes (2007), nos pudiese alejar de cualquier atisbo de componente prepsicoterapéutico, se ha resaltado cómo actuaba la belleza y la suavidad de la voz, operando, en ocasiones y a la par, lo que esa voz comunicaba al enfermo (Laín, 2005, pp. 62-63).

La virtud mágica de la palabra se desplazará hacia la fuerza vigorosa y sugestiva inherente a sí misma en su racionalización posterior. La palabra persuasiva, la hábilmente empleada, la *Retórica* aristotélica que el orador utiliza diestra y técnicamente, se adscriben también a esta primera tradición de una palabra que produce efectos por sí misma.

Si la palabra ha de ser eficaz por sí misma, es por la presencia de un régimen

de desarreglos que necesita de su intervención. Los deseos desordenados, los vicios y pasiones en general venían siendo comparados a las enfermedades corporales en los textos griegos: la consideración como auténticas enfermedades se esboza con Demócrito, aparece muy manifiesta en los diálogos platónicos y se establece como objeto de estudio sistemático en los estoicos (Peset, 1959), que sitúan en la cima de la jerarquía de lo patológico las enfermedades del alma.

Para los estoicos, las pasiones conllevan una desviación de la razón como falsa opinión que se instala y sedimenta. El hombre, haciendo uso de su interioridad y la fuerza de su voluntad, necesita de una serie de técnicas y preceptos que le ayuden a librarse de ellas y vivir de nuevo conforme a la razón. Se desarrolla entonces, en el período helenístico, un pensamiento ético y una serie de estrategias terapéuticas que ayudan a frenar, limar o erradicar las pasiones², consagrándose la filosofía como la medicina del alma.

Las comparaciones entre los remedios estoicos para erradicar las pasiones y lo que conocemos hoy como psicoterapia han sido inevitables. Por esta defensa del uso de los recursos racionales como remedio curativo de las pasiones en los estoicos, Barcia asimiló, de una manera cuestionable, las terapias cognitivo-conductuales a las doctrinas estoicas (Barcia, 1996). Fernando Colina, en su introducción a una de las traducciones de las Tusculanas en castellano, de forma más moderada señala que:

si el racionalismo estoico establece lazos a través de Pinel, con las corrientes cognitivo-conductuales hoy hegemónicas, los dilemas epicúreos y sus propuestas emocionales guardan, por su cuenta, una curiosa analogía con su opuesto teórico, con la concepción psicoanalítica. (Colina, 2005, p. 19)

Más allá de lo oportuno o no de estas comparaciones, se pretende reseñar cómo el racionalismo estoico es un testimonio más del uso de la palabra curativa que tiene un poder de suyo y que persiste posteriormente en la influencia de personajes como Franz Mesmer, en los susurros inductores del sueño del Padre Faria o en la sugestión verbal directa del hipnotizador. Todos ellos precursores de una práctica que está a punto de desarrollarse y adherirse al conjunto de medidas psíquicas destinadas a aliviar los desarreglos de una subjetividad naturalizada, una vez las pasiones pasen a ser medicalizadas y dignas de intervención con el nacimiento de la psiquiatría. Philippe Pinel (1745-1826) distingue un resto por el que el loco no es del todo loco. Su discípulo Esquirol señala un espectro de continuidad entre el loco y el cuerdo, ambos comparten la misma estructura mental pero en aquel se revela una fragilidad fundamental. Hay motivos para el abordaje de la locura, por tanto. Y la Modernidad será el horizonte cultural e histórico destinado a dominar ese resto que deja subsistirla³. Con el asilo como teatro de experimentación de la terapéutica de la persona o lugar desde donde puede reconstruirse la individualidad, siendo el aislamiento la materialización ejemplar del proyecto de acción sobre el hombre propio de la modernidad democrática (Gauchet, 2009), le *traitement moral* se adscribe a la voluntad de control de las mentes y de los cuerpos dentro de la revolución que ha devuelto a los hombres el dominio de su mundo y que asigna

como ambición suprema a su sociedad adueñarse de sí misma y actuar sobre sí misma en todas sus partes (p. 27).

La Modernidad señala un camino que sólo necesitaba el desarrollo y teorización de lo psicogénico para que aparecieran los primeros métodos psicoterapéuticos como un nuevo recurso para su proyecto. Desde las bases establecidas por el psicoanálisis y conductismo, el campo de la psicoterapia se ha complejizado, conviviendo cientos de abordajes en la actualidad (ya sea derivaciones de aquellos, escuelas que comparten e integran elementos de ambos, o abordajes que surgen de modelos independientes constituidos posteriormente).

Los modelos psicoterapéuticos se organizan en dos niveles teóricos. Las teorías básicas sobre qué es lo psíquico, la enfermedad, la conducta, las relaciones disfuncionales, etc., constituirían una primera dimensión. Paralelamente, estos mismos modelos se rodean de teorías psicoterapéuticas, la técnica, sobre qué es una intervención, cuándo aplicarla y cómo es el modo de realizarla en tal situación (Pakman, 2014). Estas dos dimensiones teóricas mantienen una relación aparentemente solidaria sobre la clínica: los modelos teóricos se fundamentan en la observación clínica mientras se aplican a la misma. Sin embargo, el encuentro diario con el paciente nos muestra cómo hay aspectos teóricos que exceden la clínica, y aspectos clínicos que no logran ser conceptualizados. Cada aproximación reclama para sí la comprensión de la atribución causal de los trastornos mentales, los mecanismos de producción de síntomas, las teorías acerca de cómo se produce el cambio y las técnicas necesarias para conseguirlo. Este hecho, que da lugar a la paradoja de la equivalencia, en nuestra opinión no es sino la extensión de la palabra eficaz de suyo de los tratamientos prepsicoterapéuticos configurada como técnica eficaz establecida por cada escuela concreta.

El acceso al mundo psíquico del sujeto y su tratamiento suele pensarse y formularse en tanto que las condiciones de la pregunta por ese mismo mundo predeterminarán la respuesta. La manera en que se ve a sí misma la psicoterapia puede establecer un cierre del horizonte de sentido donde se dispone de antemano lo que luego ha de ser visto. Si el terapeuta anticipa que lo que se va a encontrar es un trauma que precisa de resignificación, un condicionamiento reflejo o una disfunción neurobiológica, y las herramientas con las que trabaja van a obtener resultados, será porque los presupuestos desde los que parte son ciertos. La actitud que prevalece es la de dar por sentado que los resultados de las terapias aplicadas dan testimonio de la verdad y la competencia teórica con la que éstas operan. La manera que tiene autocomprenderse la terapia (y ahí radican nuestros motivos para pensarla como producto de la Modernidad), ya sea a través de aquellas que buscan legitimarse estrictamente desde un punto de vista científico (donde la teoría aspira a ser la realidad clínica pura), o desde modelos alternativos basados en procesos de significación (donde la teoría se diluye en detrimento de conceptos vinculados al encuentro, o narrativas vinculadas a casos basadas en principios abstractos) no termina de resolver algunos problemas epistémicos, como la paradoja de la

equivalencia⁴. Tampoco permite responder a la observación de cómo un relato de sufrimiento puede ser formulado y reconstruido en lenguas teóricas diferentes, y ser tratado con éxito desde diferentes prismas, o supervisado entre clínicos de diferentes inclinaciones. No hay que ir mucho más lejos de la fobia simple para recordar cómo se puede conceptualizar de diferentes modos, que influyen en la formulación del caso, que sugieren las técnicas de intervención, su orden y sus criterios de éxito. Las explicaciones en torno a factores comunes como la alianza terapéutica se acercan a la resolución de estas aporías, si bien no terminan de abordar estas cuestiones en toda su complejidad. Los factores comunes sirven como explicación del cambio basada en términos teóricos bien establecidos, que se conciben, precisamente, como la aplicación experta de una técnica, es decir de una tecnología (Fernández Liria y Rodríguez Vega, 2002), y marcan, por así decirlo, el límite a partir del cual otro pensamiento se hace necesario.

Los debates que siguen vigentes sobre la primacía de un abordaje sobre otro han ido fomentando un debate ajeno al quehacer clínico donde la psicoterapia se muestra como un producto muy representativo de su tiempo, estrechamente vinculado al despliegue del proyecto moderno, cuyo esfuerzo central radica en aumentar su acceso ilimitado al mundo (y por lo tanto al individuo y sus desajustes), pudiendo generar una disponibilidad permanente y alcanzable (Rosa, 2020). Esta posibilidad interna a la terapia, ponerse como una técnica al servicio del proyecto de una disponibilidad ilimitada del mundo se ha mostrado una y otra vez en los últimos años, hasta acabar en la cultura-psi, la «gestión» de las emociones y el «empresariado de uno mismo» (Castro, 2023).

La historia de la palabra eficaz, que ejemplificábamos al inicio, reaparece como técnica eficaz en la Modernidad al consolidarse la psicoterapia como conjunto de herramientas empíricamente válidas, una psicoterapia positivizada y fundamentada como producto moderno. Este uso técnico de la palabra, al margen de que sea indispensable para reconstruir la experiencia del paciente y poder trabajar en base a unos términos, se constituye como verdad positiva acerca de la subjetividad implicada según la terapia en cuestión.

Lo que a continuación se va a tratar es otra posibilidad de lectura tanto de los vestigios de la palabra curativa en los textos clásicos como de los textos psicoterapéuticos actuales. Porque la psicoterapia, entendiéndose a sí misma como palabra eficaz, obra también de otra manera. El estatus de la palabra como momento poético (Pakman, 2010) o desvelamiento del sentido haciéndose; la palabra que media y propicia, que trae lo nuevo del sentido que transforma (Rejón, 2022); la palabra del cuidado como resubjetivación a través del sentido de lo que sucede es lo que se tratará de ver ahora.

Dicho de otro modo. No deseamos trazar un clivaje entre escuelas de psicoterapia o entre buenos y malos modos de hacer terapia. Nuestro propósito es más frío y más claro. Queremos mostrar que la autoconcepción de la psicoterapia como técnica eficaz apoyada en la justeza del conocimiento en que se basa es una ilusión.

Las razones de su eficacia y de sus límites han de buscarse en otro lugar. A saber, en la creación histórica de una situación práctica y en la acumulación de cierto conocimiento acerca de ella, donde la que la palabra juega otros papeles. En última instancia, la potenciación de una relación interpersonal específica, la relación de terapia, para asistir, en ambos sentidos, a un proceso de resubjetivación. Lo hemos llamado palabra mediadora.

La Historia de la Palabra Mediadora

Puede suponerse que los peregrinos que acudían a los templos dedicados a Asclepio, como los que se situaban en Epidauro, Pérgamo o Cos, quedasen asombrados por lo hermoso de sus construcciones. Los largos períodos de viaje y espera, los rumores sobre curaciones maravillosas, la admisión al santuario, el efecto de la institución (Ekstein, 1975, p. 51), los ritos de purificación previos, el uso de sustancias aromáticas, las ofrendas de humo o las menos probables bebidas embriagadoras, los discursos del sacerdote... todo tenía peso sobre los que finalmente se sometían a la *incubatio*, el rito de pasar la noche en el templo, donde Asclepio se aparecía en sueños con efecto sanador. Las apariciones, oráculos, visiones o sueños propiamente dichos estaban asegurados, y el uso que se hiciera de ellos sigue siendo, en parte, desconocido. En cuanto a los contenidos del sueño, cuando no era de evidentes tintes sobrenaturales, en otras ocasiones subyacía en ellos un significado oculto e inquietante que era menester desentrañar mediante el desciframiento de lo simbólico, requiriendo incluso los oficios de un *onirocrita*, un técnico de la interpretación de sueños. Para obtener una epifanía onírica o la visita de la divinidad, era menester cumplir con ciertos requisitos, mediante abstinencias de alimentos y bebidas, sacrificios u otro tipo de prácticas ascéticas. Se daban prescripciones dietéticas y obligaciones de tipo intelectual, como escribir cartas o componer cantos y se exigían honorarios de las curaciones milagrosas (*iatra*) (Gil, 1959). Los intentos de comprensión racional del efecto sanador de estos ritos han sido múltiples. La atribución a la naturaleza neurótica de los enfermos y los efectos sugestivos de lo mencionado (quienes ven en Asclepio a un antecesor de Mesmer), las resonancias de la vida de vigilia en los sueños, la satisfacción y descarga emocional de los deberes realizados, son algunos ejemplos. Pero en una lectura atrevida uno no puede evitar plantearse si las simbolizaciones de aquellos sueños estaban al servicio de procesos de subjetivación y no únicamente por la propia eficacia de la palabra de suyo que venimos comentando; si tras la visión de una luz cegadora se hallaba la representación mental y elaboración final de una condición corporal, o si las prescripciones acomodadas a las condiciones histórico-culturales de cada momento no se daban bajo la condición de un tipo especial de relación entre el sanador y el afligido. Asclepio reflejaba bien el arquetipo del Curador, receptor del llamamiento del íntimo impulso a curarse de todo individuo enfermo, y quien debe despertar en la psique del afectado una portentosa fuerza curadora e inexplicada (Gil, 1959), reactivando sus tendencias recuperadoras y defensas, utilizando la

fe en el poder del dios como impulso. Aparece aquí la posibilidad de una lectura diferente del uso de la palabra, ya no únicamente eficaz per se, sino como mediadora o facilitadora para la transformación, mediadora en la consecución de una vida buena. Incluso en el medio mismo de la palabra eficaz por excelencia apunta el botón de otro uso de la palabra.

La relación con la verdad que nos muestra el ejemplo que hemos traído de la *incubatio* exige detenernos aquí. Estamos acostumbrados en la actualidad a codearnos desde diferentes dispositivos y prácticas con una verdad disponible a la que accedemos mediante una serie de instrumentos necesarios, unas categorías indispensables y un lenguaje adecuado para su fundamentación en proposiciones. Mediante un saber experto accedemos a una verdad constantemente disponible y mostrable, situada dentro de una relación sujeto-objeto de conocimiento, por lo común identificada con la práctica científica.

Frente a esta verdad demostrativa, asoma en algunos ejemplos premodernos como el que traemos, o impregnada en la práctica médica en general desarrollada desde Hipócrates hasta el siglo XVIII, otra postulación de la verdad más arcaica: una verdad que no se constata, cuya presencia se propicia, se capta y aferra cuando surge la ocasión, en los instantes favorables, y que es más bien del orden del acontecimiento, esto es, de un suceso que (1) opera un cambio y (2) no es deducible de las condiciones de partida.

Esta verdad que se muestra como acaecer imprevisible, y que tiene un valor de verdad en tanto que muestra y transforma, ha sido cooptada por la verdad demostrativa. En una sociedad responsable, la ritualización excesiva, el poder especulativo y *pseudo-* deben ser racionalizados para evitar las arbitrariedades y los efectos sociales y políticos devastadores de, por ejemplo y ya en nuestro caso, un chamanismo terapéutico sin orden ni rigor.

Es por ello por lo que el acontecimiento en psicoterapia ha sido colonizado por la demostración y metodología, y producido a través de este (Foucault, 2003)⁵. Sin negar la necesidad de sujeción y rigor dados por esta relación con la verdad demostrativa que presenta la psicoterapia en su autocomprensión actual, pero intentado enriquecer la mirada, la psicoterapia como forma de actividad se situaría a nuestro parecer en la tensión entre estas dos relaciones con la verdad: necesita de una verdad disponible para poder ser sujeta, pero lo que busca es producir un cambio que no tiene que ver con una verdad demostrable. El movimiento, por tanto, es el siguiente: la tensión y entrecruzamiento entre ambos modos de relacionarnos con la verdad en psicoterapia (la palabra técnica que permite acceder a una verdad disponible, y la palabra mediadora que propicia una verdad como acontecimiento), permite contemplar la terapia como necesitada de un saber experto para producir un acontecimiento que genere un cambio en el individuo.

Siguiendo esta lectura alternativa, ahora en relación con los preceptos y usos de la palabra en los estoicos del apartado anterior, Pierre Hadot, por ejemplo, reseña que la filosofía de la época helenística y romana constituye una forma de vivir, supone

una manera de estar en el mundo, una manera que debe practicarse de continuo y que ha de transformar el conjunto de la existencia, y no un nuevo un sistema de proposiciones. La filosofía antigua consistía en un método de progresión reglada que exigía una completa conversión, una transformación radical de la forma de ser. La sabiduría no proporciona sólo conocimiento, sino que ella hace ser de otra manera (Hadot, 2010). Michel Foucault, con su estudio en sus últimas obras sobre los modos de subjetivación de occidente, y en especial de la época helenística-romana, centrará el elemento transformador en la búsqueda de una vida buena que precise apoyarse en la mejor verdad disponible, desarticulando la relación entre el sujeto y la verdad mediante una concepción estética (Foucault, 2005). El cuidado de sí puede entenderse como una serie de preceptos que fundamentan una práctica destinada a la búsqueda de la vida buena. Pero el elemento fundamental no es el repertorio de significados comunes, o lo que se tenga por verdad normativa. No se debe obviar el elemento resubjetivador, apoyado en la verdad de lo ente bajo la asistencia de algún otro cualificado, pero esencial para el acceso a una vida mejor. Cuando hablamos de este movimiento de resubjetivación, nos referimos a la manera en que uno se constituye o transforma a sí mismo en las relaciones con los demás, con el mundo o consigo mismo. La manera en que me despego de lo inmediato, de la propia contingencia particular para apropiarme de un punto de vista distinto. El sí mismo se presenta como una tarea de autoconstitución performativa, una incorporación de experiencias vitales, salidas de sí en las que nos encontramos con lo extraño y nos lo apropiamos (Gómez Ramos, 2015, p. 53).

En la historia de la psicoterapia y sus ancestros, asoma, por tanto, una posibilidad de lectura diferente en la que la palabra sirve para facilitar la resubjetivación mediante la preparación del acaecimiento de un sentido nuevo. Esta última tradición, que es la palabra del cuidado del alma, asoma en la simbolización de los sueños asclépicos, en la resolución de los estados afectivos de los espectadores de la tragedia, en la lectura que realiza Hadot, frente a la de Nussbaum, de la filosofía estoica como forma de vida que transforma el conjunto de la existencia. Le responde Álvarez a Barcia, volviendo a la comparación que realizaba éste sobre la psicoterapia cognitivo-conductual con las doctrinas estoicas, que la cuestión no trata tanto de rectificar un pensamiento, sino de generar una transformación en la posición del doliente ante la vida (Álvarez, 2018, p. 39).

Una vez se consolida la psicoterapia como práctica, esta posibilidad de lectura también aparece en los textos de la especialidad. Y permanece como posibilidad de acercamiento a dichos textos ya no únicamente desde la manera específica o particular de generar un cambio a través de un uso técnico de la palabra, sino en la manera en que ésta facilita relacionarnos con nuestra facticidad, en la posibilidad abierta de poner el diferir de sí en una determinada dirección. Lejos de una pretensión de verdad sobre sus presupuestos teóricos, uno puede acudir a Jung o Binswanger para acceder a esta historia velada donde la palabra está al servicio de un saber reconstructor y asignador de sentido.

En un texto gran riqueza por lo que expresa sin dejarse llevar por conceptos teóricos enrevesados, Carl Gustav Jung en una conferencia en 1929 afirmaba lo siguiente: «sería un error imperdonable dejar de lado la verdad de estas teorías de Freud y Adler, pero igualmente imperdonable sería considerar a una de ellas la única verdad»⁶. Añade estas palabras Jung sobre lo que corresponde al lugar de lo teórico en psicoterapia, como auxiliar en la reconstrucción de la experiencia, alejando sus ideas de una proclamación de la verdad:

No tengo una teoría del sueño, no sé cómo surgen los sueños. [...] Tengo que conformarme con que el resultado le diga algo al paciente y ponga en movimiento su vida. (Jung, 2006, p. 47)

El gran asunto de Jung en este texto es que está poniendo de manifiesto una sabiduría diferente fuera de la verdad predicativa que figura bajo la interpretación de los sueños, esto es, una sabiduría de la relación terapéutica, relacionada con aspectos como el momento de la relación, la prudencia de la intervención, los valores y el camino que señala a este paciente en concreto, el momento en que emplea la técnica... todos ellos elementos que corresponden a una singularización de problemas y necesidades.

Lo útil, lo que surte efecto, no es el método de analizar los sueños, ni el material-sueño en sí, sino el proceso transformador de sentido al que nos lleva. Entender cómo acontecen estos procesos de asignación y puesta de sentido a partir de las vivencias, los recuerdos, los sueños, la reconstrucción de esquemas interpersonales y su vinculación con el cambio en psicoterapia, es el hilar fino que falta por explicar en este acercamiento a la psicoterapia como una práctica de resubjetivación («re» como prefijo, pues es ver «lo mismo» pero de otra manera). Los aspectos fenoménicos del cambio.

Fundamentos de la Psicoterapia como Práctica de Resubjetivación

La posibilidad de concebir una psicoterapia como práctica de resubjetivación que incorpore la historia velada de la palabra facilitadora en sus fundamentos puede reconocerse en el pensamiento de Michel Foucault y Martin Heidegger. Ambos filósofos forman parte de una renovación filosófica dada en el siglo XX donde se intenta recuperar una filosofía, antaño denominada cuidado del alma, que trataba de orientar la vida, ordenarla, hacerla más armónica. Esta renovación de la filosofía como ejercicio concreto y vivido surge como respuesta ante un sujeto (de la Modernidad) que está en plena autoposesión y disponibilidad de sí, cuya subjetividad es garante de la verdad y actúa como fondo de provisión de sentido y totalidad. El sujeto sólo tiene que conocer, investigar la realidad, los objetos, ante los que está enfrente, para poder representarse esa realidad y ser garante él mismo de la verdad de sus representaciones. Este sujeto termina por descartar como necesario un trabajo de autotransformación de sí mismo para la conquista de la verdad. La renovación de esta concepción del sujeto moderno encontrará ecos en otras corrientes: Wittgenstein, por ejemplo, establece que lo que dota de sentido

a la vida se encuentra fuera de lo enunciable, no puede decirse en qué consiste ni plasmarse en unas condiciones epistémicas de verdad. El austríaco sitúa la verdad trágicamente separada de cualquier indagación ontológica que tenga significado.

La aportación de Foucault en este juego entre la verdad y la subjetivación, la estética de la existencia es un paso conceptual útil para la psicoterapia⁷. La filosofía de Foucault se construye sobre tres ejes: el saber, el poder y la subjetivación. Es este tercer eje sobre el que Foucault gira en su obra última a través de las prácticas de cuidado de sí: cómo nos producimos como sujetos en la relación con nosotros mismos, franqueando la línea de unas relaciones de poder cada vez menos soportables. Las prácticas del cuidado de uno mismo versan sobre las posibilidades de liberación del alma-sujeto. Foucault descubre la relación con uno mismo, la subjetivación, como un eje que deriva de las relaciones de saber-poder pero que es independiente de ellos en tanto adquiere su autonomía (Deleuze, 2020). Uno se transforma a partir de una toma de conciencia de cómo uno es. Esta apertura, que viene siendo reivindicada en otras formas de ver la psicoterapia (Arciero et al., 2018) se articula precisamente con la tradición de la palabra facilitadora y la dimensión heideggeriana del modo de ser propio. Al fin y al cabo, el cuidado de sí tematiza la vuelta reflexiva sobre nosotros mismos (el *Dasein*, que toma conciencia de su situación de desarraigo, asume su arrojamiento y vuelve a hacerse con las posibilidades propias de su existencia) y el cambio a partir de aquello que uno es siempre ya: el ser-para-la-muerte de la ontología heideggeriana (Heidegger, 2016).

La manera en que nosotros atendemos a la resubjetivación en tanto cuidado supone preparar el acaecimiento de un sentido nuevo. Las categorías sociales o culturales incorporadas en mí, la elaboración de una historia propia o la aceptación de una historia que se nos cuenta acerca de nosotros, forman parte de lo dado o instituido, aquella situación de la que partimos. Estos acontecimientos depositan en mí un sentido que nos sujeta, prescribe deseos, explica el sufrimiento y ordena lo que acontece. Pero estos elementos instituidos no agotan el ahormarse de sentido. En el aparecer de algo como algo (que llamaremos, sin mayores precisiones, campo fenomenológico), sea de una presión en el pecho como tristeza o angustia, de una relación como distante o respetuosa, de una mirada como curiosa o entrometida se pueden separar una dimensión que obedece al hábito, la sociedad, la cultura y una dimensión salvaje, no instituida, que encuentra rigor en las descripciones que comenzaron con el último Husserl y se prolongaron con Marc Richir (2010) o Lazslo Tengelyi (2010). En este lugar o dimensión salvaje acaece lo nuevo del sentido. Este territorio salvaje articula potencialidades de significado, de afectos, de disposiciones corporales y situaciones que están siempre circulando y que se propician en la relación terapéutica. En tanto el sentido se incuba en un estrato afectivo impersonal, la psicoterapia procede a preparar este sentido nuevo mediante el trabajo de remoción sobre lo instituido simbólica o habitualmente. La teoría sirve como palanca para poner en marcha la asignación de sentido del paciente a sus síntomas, vivencias, recuerdos o patrones de relación que carecen de él o lo tienen

pobre y repetido. Y el mito terapéutico, la institución social del otro como experto, la construcción de un espacio transicional, de una base segura, de la transferencia son todo nombres de la circulación afectiva en interfacticidad que prepara el acontecimiento de lo nuevo. El encuentro con el otro nos estructura, dinamiza y abre el campo fenomenológico, que da lugar, en ocasiones, a efectuaciones y esbozos de sentido que recoger, fijar en lenguaje, poner en palabras e incorporar, literalmente.

La apertura del campo fenomenológico a un sentido nuevo vivido está reflejada en trabajos psicoterapéuticos como *El momento presente* de Stern (2017) o en los *momentos poéticos* de Pakman (2010). Este último, por ejemplo, aísla una micropolítica de la psicoterapia en tanto prolonga el eje del saber-poder sobre el eje de la intimidad. El momento poético consiste en el acontecer de algo nuevo justo allí donde actúan las determinaciones micropolíticas, una libertad posible por la que el sujeto se de-sujeta del discurso y aparece como singularidad, como vez nueva cada vez. El acaecer de lo nuevo no es sino aquella experiencia que llega y cambia. Un acontecimiento a resguardar y alimentar para que alumbre un cambio posible. Cambia el proyecto del arrojamiento, el relato que uno se hace de sí, la sujeción misma del sujeto. Si hay algún lugar político de resistencia en la psicoterapia se ha de encontrar aquí. En la renuncia, parcial, insuficiente, a prolongar la capilaridad instituyente en una antropología de la salud no reflexionada.

Relaciones entre la Dimensión Técnica y Mediadora de la Palabra en Psicoterapia

La mirada sobre el paciente debe irse a las posibilidades de apertura y cierre del campo de significación, y tolerar su contingencia estructural. En todo encuentro psicoterapéutico hay un exceso del hacerse constante de singularidades con respecto a la forma-sujeto que se adopte y capte en un momento concreto, y ese exceso tiene un potencial terapéutico. Nuestra tarea es trabajar con la singularidad que está en exceso sobre el régimen de lo normal y emplearla en beneficio del paciente. Esta fundamentación de la terapia donde la verdad causal (o la teoría de cada escuela) cae en un segundo plano encuentra acomodo con algunos de los aspectos más conocidos sobre los mecanismos de cambio en psicoterapia, donde se pone de manifiesto cómo a la hora de interpretar los resultados terapéuticos, el porcentaje de varianza atribuida al tipo de tratamiento no es lo más relevante (Wampold e Imel, 2021, p. 411). Las posibilidades de obtener éxito terapéutico tienen mucho más que ver con el terapeuta, el paciente y la relación establecida entre ambos (habilidades del terapeuta en general, ajustar la técnica a las necesidades específicas, establecer metas claras, una buena alianza, etc.), que con el tipo de tratamiento que se reciba (Rodríguez Morejón, 2019, pp. 583-587). El que la confianza que el terapeuta tenga en su modelo prediga mejor el resultado que el modelo que elija, nos sitúa también en la tradición de una palabra que no es eficaz en sí misma o está basada en predicados verificables o falsables, sino en una palabra que, apoyándose en esos predicados, media y facilita un cambio en un nivel diferente.

Este hecho desmonta la visión de una terapia vista expresamente como téc-

nica eficaz, si bien no quiere decir que la técnica sea un ingrediente despreciable para promover el cambio: hemos de apoyarnos en la mejor verdad disponible, en una verdad preliminar como herramienta, al menos, para la reconstrucción de la experiencia del paciente y orientar el proceso en base a unos términos identificables que promuevan la alianza, la esperanza y un trabajo conjunto. Cualquier terapia para acceder a lo salvaje, al acaecer de lo nuevo, precisa de un lenguaje instituido: para llevar mal que bien una resubjetivación que no depende de la verdad de la teoría, precisa de una teoría.

Por lo tanto, lo relatado hasta aquí no pretende ser una crítica a la investigación científica en psicoterapia (sí a entender la terapia como un proceso estrictamente científico). Tampoco se ha ofrecido una nueva metodología o aproximación teórica que ocupe su lugar entre los cientos de abordajes actuales. Lo que se ha presentado es una mirada distinta, otra manera de comprender el quehacer clínico en psicoterapia. La especificidad de las herramientas no se ha puesto en cuestión. Hay un corpus en la psicoterapia, un conjunto de conocimientos fruto del trato con el paciente, de habilidades, de investigación en resultados, que ha sedimentado en una serie de medidas, precauciones y recursos formales que provienen de un conocimiento acumulado de más de 100 años de antigüedad acerca de cómo son las interacciones entre paciente y terapeuta. La psicoterapia es un diálogo reglado con un objetivo que dependerá de la perspectiva teórica, pero regulado para que sea una serie de interacciones que fomenten algunos cambios en el individuo y evite la transposición de los valores del terapeuta al paciente. Donde realmente se ha intentado detener este trabajo es en el peso que se le otorga a cada elemento de la cadena: técnica, relación y movimiento del sujeto. La palabra facilitadora de la resubjetivación, que establece el movimiento de la subjetividad como eje central de la posibilidad de cambio, enriquece la visión de una terapia reducida a conjunto de técnicas empíricamente válidas, y aborda la paradoja de la equivalencia con aplomo.

Los rendimientos de la palabra mediadora para la transformación, velada pero presente en todo ejercicio psicoterapéutico, permite reivindicar el movimiento de la subjetividad como motor del cambio en psicoterapia, lo que consideramos un enriquecimiento en su manera de autocomprenderse.

Caminos de Una Doble Lectura

Hemos relatado dos posibilidades de lenguaje en su trato con el sufrimiento: el uso técnico y el apoyo para la transformación. La psicoterapia se cruza entre ambos, si bien en su manera de autocomprenderse no prolonga la tradición del cuidado sino la tradición de la palabra técnica o eficiente. Esta palabra eficaz de suyo viene impregnada siempre de rasgos externos: un contexto emotivo, pragmático e institucional que es cambiante, que migra, desde lo mágico a lo persuasivo, hasta dar paso a la técnica eficiente una vez se consolida en la práctica psicoterapéutica. La *incubatio*, se veía, faculta o no la eficacia de la palabra porque le da un contexto emocional, pero se concibe a sí misma como eficaz de suyo, no como proceso de

transformación a partir de una ontología. Lo que se pretende reivindicar en este texto es la posibilidad de lectura de la historia del uso curativo de la palabra, y posteriormente de la psicoterapia, como el doblaje de ambas tradiciones: el uso meramente técnico y la palabra que facilita el acaecimiento de un sentido nuevo se entrecruzan (que no se oponen estrictamente) como modos de abordaje de la subjetividad.

Los dos ejes sobre el uso de la palabra bajo los que se mueve la terapia abren, a modo conclusivo, dos implicaciones importantes. La primera es la atención al momento resubjetivador como motor de cambio en el encuentro con el paciente, y no los factores comunes o las técnicas específicas de cada escuela, bajo las que subyace un concepto de verdad de efectos causales. Como segunda implicación, nos permite pensar, además, cómo idénticos malestares pueden ser formulados en lenguas teóricas diferentes.

La concepción de una psicoterapia apoyada en la disponibilidad técnica del mundo, como técnica que opera sobre mí, expone una fundamentación epistémica de lo que se hace, articula en términos de fundamentos la patogénesis de lo que le pasa al paciente. Ampliar esta concepción a la de una psicoterapia como resubjetivación asistida que asienta en la tradición del cuidado de sí nos señala la puesta en suerte de una sabiduría de la relación terapéutica que permite poner en el centro la posibilidad del individuo de relacionarse con su facticidad, de diferir con respecto a mí mismo para poder hacerse y cambiar. Así, la psicoterapia puede verse a sí misma de una manera más enriquecedora, donde conviven entrecruzados la necesidad de un saber experto y el acontecimiento dado en la relación terapéutica

Notas

- 1 La palabra impetrativa de la plegaria (*eukhé*) se limita a la pura súplica con la que, por ejemplo, apela Crises para aplacar la ira de Apolo que ha vertido sobre el pueblo dánao en forma de epidemia de peste. La palabra mágica del ensalmo (*epodé*) figura en el pasaje de los hijos de Autólico. El decir sugestivo (*thelkterios logos*) en las intervenciones curativas de Patroclo y Néstor. En Homero (2019). *Iliada*, Madrid: Gredos, I, 450-456 y XV, pp. 390-394, respectivamente; Homero (2019), *Odisea*, Madrid: Gredos, XIX, pp. 455-460.
- 2 Un buen compendio de estas estrategias se recoge contemporáneamente en: Nussbaum, M. C. (2021). *La terapia del deseo. Teoría y práctica en la ética helenística*. Paidós.
- 3 Estas líneas que tratan de situar el abordaje de la locura dentro del proyecto de la modernidad son subsidiarias de los siguientes trabajos: Novella, E. (2018). *El discurso psicopatológico de la modernidad. Ensayos de historia de la psiquiatría*. Catarata; Ramos, P. (2014). Positividad y Psiquiatría. Sobre la subjetividad desfondada y la limitación de la experiencia, *Journal für Philosophie & Psychiatrie*; Moyn, S. (2008). The assumption by man of his original fracturing: Marcel Gauchet, Gladys Swain, and the history of the self [La asunción por el hombre de su fractura original: Marcel Gauchet, Gladys Swain y la historia del yo]. *Modern Intellectual History*, 6(2), 315-341. <https://doi.org/10.1017/S147924430900211X>; Tarnas, R. (2021). *La pasión de la mente occidental*. Atalanta.
- 4 O hipótesis del pájaro Dodo, que muestra cómo distintas psicoterapias comparadas entre sí (en muchas ocasiones, con teorías antagónicas) ofrecen resultados similares. Debate que sigue muy vivo (González-Blanch y Carral-Fernández, 2017).
- 5 Incluso aquellos abordajes centrados en la relación terapéutica o factores comunes no terminan

- de escapar a la búsqueda de predicados de verdad en su despliegue metodológico.
- 6 Conferencia publicada en las actas del Congreso de la Sociedad Alemana de Psicoterapia (1929). El texto viene recogido en Jung, C. G. (2006). Metas de la psicoterapia. En C.G. Jung, *La práctica de la psicoterapia. Obra completa*, (Vol. 16., p. 42). Trotta.
 - 7 Las relaciones entre Foucault y la escuela psicoterapéutica predominante en su entorno y época, el psicoanálisis, son complejas. En nuestra opinión, su investigación última, sobre el cuidado de sí, establece una referencia para una comprensión diferente de la experiencia psicoterapéutica. Estas cuestiones también se abordan en: Novella, E. (2007). Foucault, la psicoanálisis i el subjecte [Foucault, el psicoanálisis y el sujeto], *Quaderns de Filosofia i Ciència*, 37, 29-38.

Referencias

- Álvarez, J. M. (2018). *Estudios sobre la psicosis*. Xoroi Edicions.
- Arciero, G., Bondolfi, G. y Mazzola, V. (2018). *The foundations of phenomenological psychotherapy [Los fundamentos de la psicoterapia fenomenológica]*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-78087-0>
- Aristófanes. (2007). Pluto. En *Comedias III*. Gredos.
- Barcia, D. (1996). *Historia de la psiquiatría española*. You & Us.
- Castro, R. (2023). *Dispositivos neoliberales y resistencia*. Herder.
- Colina, F. (2005). *Conversaciones en Túsculo* (Trad. M. Villanueda). Asociación Española de Neuropsiquiatría.
- Deleuze, G. (2020). *La subjetivación. Curso sobre Foucault. Tomo III*. Cactus.
- Ekstein, R. (1975). Psychoanalytic precursors in greek antiquity [Precursos psicoanalíticos en la antigüedad griega]. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 39(3), 246-267.
- Esquirol, J. M. (2006). *El respeto o la mirada atenta. Una ética para la era de la ciencia y la tecnología*. Gedisa.
- Fernández Liria, A. y Rodríguez Vega, B. (2002). *La práctica de la psicoterapia. La construcción de narrativas terapéuticas*. Desclée de Brouwer.
- Foucault, M. (2003). *El poder psiquiátrico. Curso en el Collège de France (1973-1974)*. Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M. (2005). *La hermenéutica del sujeto. Curso del Collège de France (1982)*. Akal.
- Gauchet, M. (2009). En busca de otra historia de la locura. En *Diálogo con el insensato* (pp. 7-43). Asociación Española de Neuropsiquiatría.
- Gil, L. (1969). *Therapeia. La medicina popular en el mundo clásico*. Guadarrama.
- Gómez Ramos, A. (2015). *Sí mismo como nadie. Para una filosofía de la subjetividad*. Catarata.
- González-Blanch, C., & Carral-Fernández, L. (2017). ¡Enjaulad a Dodo, por favor! El cuento de que todas las psicoterapias son igual de eficaces. *Papeles del Psicólogo*, 38(2), 94-106
- Hadot, P. (2010). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Biblioteca de ensayo. Siruela.
- Heidegger, M. (2016). *Ser y tiempo*. Trotta.
- Jung, C. G. (2006). Metas de la psicoterapia. En C. G. Jung., *La práctica de la psicoterapia* (Vol. 16). Trotta.
- Lain, P. (2005). *La curación por la palabra en la Antigüedad clásica*. Anthropos.
- Pakman, M. (2010). *Palabras que permanecen, palabras por venir. Micropolítica y poética en psicoterapia*. Gedisa.
- Pakman, M. (2014). *Texturas de la imaginación. Más allá de la ciencia empírica y del giro lingüístico*. Gedisa.
- Peset, V. (1959). Enfermedad mental y «enfermedad del alma», según los estoicos. *Clin. Laborat.*, 67, 45-55.
- Rejón, C. (2022). Lo nuevo del sentido. Fenomenología y psicoterapia. *Eikasía. Revista de Filosofía*, 106, 167-180. <https://doi.org/10.57027/eikasía.106.180>
- Richir, M. (2010). Sobre los fenómenos de lenguaje. *Eikasía. Revista de Filosofía*, 34, 405-417.
- Rodríguez Morejón, A. (2019). *Manual de psicoterapias. Teoría y técnicas*. Herder.
- Rosa, H. (2020). *Lo indisponible*. Herder.
- Stern, D. (2017). *El momento presente en psicoterapia y la vida cotidiana*. Editorial Cuatro vientos.
- Tengelyi, L. (2010). La formación de sentido como acontecimiento. *Eikasía. Revista de Filosofía*, 34, 173-178.
- Wampold, B. e Imel, Z. (2021). *El gran debate de la psicoterapia. La evidencia de qué hace que la terapia funcione*. Eleftheria.