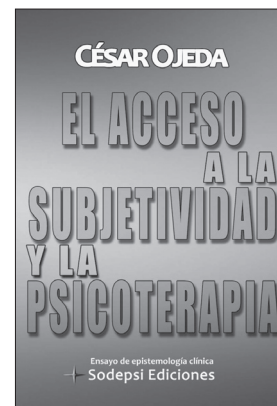


# EL ACCESO A LA SUBJETIVIDAD Y LA PSICOTERAPIA. ENSAYO DE EPISTEMOLOGÍA CLÍNICA

**Autor:** César Ojeda

**Editorial:** Sodepsi Ediciones, Santiago de Chile, 2016

(Rev GPU 2016; 12; 2: 119-123)



Hernán Villarino

La primera tesis del texto es de carácter fenomenológico, y tiene tres momentos. En primer lugar alude a la intencionalidad de la conciencia: no hay una conciencia que viviendo en sí y para sí eventual y facultativamente se dirige a lo otro, siempre es conciencia de lo otro, de lo otro que no es conciencia. La exposición y discusión de este asunto engañosamente simple (muchos lo tienen por una obviedad, incluso por una superficialidad indigna de ser atendida), alcanza en este escrito ese difícil equilibrio que raramente se logra y que consiste en eludir a un tiempo el reísmo y el idealismo, que son posiciones bastante comunes, aunque inadvertidas, del espíritu humano. Se descarta la fórmula reísta que dice que la conciencia es un objeto que se relaciona con otro objeto, porque no puede haber una conciencia por un lado y un objeto por el otro, ya que si la conciencia siempre es conciencia de algo no hay dos términos absolutamente independientes el uno del otro que puedan entrar en relación. Pero también se descarta la fórmula idealista, que consciente del problema anterior niega radicalmente esta independencia diciendo que lo otro es o una creación o un ingrediente de la conciencia, es decir, que lo otro está dentro de la conciencia (en forma de representaciones p. ej.), porque para la fenomenología lo otro no es un producto de la conciencia, sino aquello a lo que no siendo ella se dirige. La fenomenología pone al descubierto uno

de los sucesos más extraños y enigmáticos: el que la conciencia sea un ente que vive y ostenta su ser solo en cuanto tiende, sale y alcanza lo otro que ella no es.

Ahora bien, planteadas así las cosas surge de inmediato un problema: si la conciencia natural es siempre conciencia de algo, ¿cómo podría tener conciencia de la conciencia, de mí mismo, de la primera persona, de la propia subjetividad, toda vez que yo no soy lo otro, es decir, la tercera persona? Si yo recuerdo algo lo que aparece es lo recordado, si imagino lo imaginado, si deseo lo deseado, es decir, lo que aparece a la conciencia en la actitud natural son los objetos de los actos de recordar, imaginar, desear, etc., pero no los actos mismos en que se constituyen esos objetos. Para aprehender el todo de la conciencia se ha de reconocer y distinguir la noesis (acto) del noema (objeto), pero para eso se precisa de un nuevo acto de conciencia, no natural sino reflexivo, cuyo objeto no es lo otro sino la conciencia misma, a cuya luz aparecen ambos en su insoluble solidaridad. Este complejo de acto y objeto aprehendido en la conciencia reflexiva es el que recibe el nombre de fenómeno, donde el acto (noesis) constituye el polo subjetivo de la conciencia, y el objeto (noema) el polo objetivo.

Por último, la conciencia no solo alude a lo otro (3ª persona) o a la propia subjetividad (1ª persona), sino también a los otros (2ª persona), a los otros que son como yo, es decir, al tú, quedando planteado el

problema de la intersubjetividad que es fundamental en el ejercicio de la psicoterapia. Pues bien, al hilo de esta problemática aparece lo que a nuestro juicio es la segunda tesis capital del texto (con antecedentes en Sartre y que de entrada resulta muy contraintuitiva), la que dice que el ego (*yo, self, etc.*) no es la conciencia, sino un objeto al que la conciencia se dirige.

Hasta aquí la psicología ha entendido por conocerse a sí mismo o conocer al otro, como una indagación, estudio y conocimiento de los respectivos egos. El ego es “el nudo de todos los sistemas de creencias, teorías, concepciones del mundo y experiencias que posee cada persona, es decir, la biografía que se teje mediante estos hilos”. Pero la conciencia no tiene habitantes, ningún objeto está dentro de la conciencia, la conciencia está dirigida a ellos. Si soy consciente de un árbol ni está dentro de la conciencia ni consiste en una representación inmanente de la conciencia (idealismo), el árbol está afuera, la conciencia dijimos, es trascendencia. Pero tampoco los actos, es decir, el percibir, imaginar, recordar, etc., (el polo subjetivo), están dentro de la conciencia, solo son modos de conciencia que alcanzan su objeto determinadamente. Si ponemos entre paréntesis nuestros sistemas de creencias, concepciones del mundo, teorías, juicios, prejuicios, simpatías, antipatías, etc., si nos olvidamos de ellas, es decir, de nuestro ego, ¿caemos por ventura en la inconsciencia? Lejos de eso, cada vez que estamos absortos en algo, p. ej. en una psicoterapia o arreglando un mueble, estamos de lleno en la cosa que nos convoca, el propio ego desaparece y solo reaparece cuando algo que mueve nuestro interés personal, p. ej. una llamada telefónica, nos saca de la circunspección en que estamos y nos vuelve a la trama de nosotros mismos, de nuestras ocupaciones y preocupaciones, de nuestro ego, en definitiva. El ego es un objeto más de la conciencia, no es la conciencia misma, y si el ego es todo lo personal de nosotros mismos, la conciencia, que para ser conciencia no precisa del ego, es impersonal.

El que el ego sea solo un factor de autorreferencia para la conciencia, no la conciencia misma, ha sido tempranamente comprendido por la fenomenología, que con la *epojé* ha pretendido ponerlo entre paréntesis. *Grosso modo*, la *epojé* es una abstención de las valoraciones, comprensiones teóricas y causales, hipótesis, etc., propias de la actitud natural, que enmascaran y ocultan los fenómenos (es decir, la conciencia como complejo acto-objeto aprehendido reflexivamente y que es impersonal) de modo que liberados por la *epojé* de la ganga autorreferente, egoica (es decir, de todo lo que tiene que ver conmigo en cuanto singular y concreto, mis propias creencias, convicciones de todo tipo, mi historia personal, etc.) pueden los fenómenos comparecer tal como son.

Hasta aquí, dijimos, la psicología se ha encarado de un modo predominantemente egoico. En el mejor de los casos el psicoterapeuta acude a su tarea premunido de una serie de saberes, teorías, estadísticas, técnicas, etc., que están destinadas a conocer y a orientar en su propio conocimiento el ego del paciente. Sin embargo la experiencia ha demostrado que los resultados son esencialmente los mismos con cualquiera sea la teoría y la técnica ostentadas. Los buenos resultados de una psicoterapia no dependen de las teorías que la informan, sino de factores inespecíficos como la creencia, alianza, fidelidad, etc.

La propuesta de Ojeda, según la entendemos, es el poder desarrollar una psicoterapia donde el psicoterapeuta sea capaz de soslayar su propio ego para acceder a la subjetividad y experiencias reales del paciente. Pero en la psicoterapia no solo estamos hablando de nuestra conciencia (autofenomenología), sino de la conciencia de un otro que no está en actitud fenomenológica. Es preciso, entonces, una heterofenomenología, término acuñado por Dennett, que en manos de su autor no tiene propiamente carácter fenomenológico pero que con el tratamiento de Ojeda se convierte en un instrumento genuinamente fenomenológico para acceder a la 2ª persona, al tú, al otro, acceso que el psicoterapeuta, que no quiere enredarse en teorías para acceder a lo real, urgentemente necesita.

Ojeda distingue dos caminos para la heterofenomenología: el tú del aprendiz, que quiere por sí mismo lograr la actitud fenomenológica, y la del que quiere acceder fenomenológicamente a la experiencia de otro que no es aprendiz, sino el paciente. El aprendiz, aparte de una guía, requiere en primer lugar de los conceptos fenomenológicos y de sus pasos (reflexión, abstención o *epojé* científica y cultural, variación imaginaria, etc.), pero sobre todo del ejercicio práctico para encarnarlos. La fenomenología occidental ha mostrado los resultados, pero no el cómo de su tarea, lo que ha dificultado su incorporación a la psiquiatría y la psicoterapia, y es aquí, en el ejercicio práctico, donde Ojeda encuentra una valiosa herramienta en el budismo y la meditación, a través de la cual el aprendiz se aproxima al centro impersonal de la propia existencia, que carece de historia y autorreferencias, lográndose un olvido metódico de su identidad biográfica, es decir, poniendo entre paréntesis no aniquilando, lo que constituye su *self*. Es allí donde se constata que los estados psicológicos no son mi propiedad ni constituyen la conciencia plena, son objetos, secuencias que fluyen sin ninguna pauta y que se nos constituyen de diversas maneras. Todo lo que aparece nos llega, nos visita.

Una vez afianzada esta posición de conciencia plena, ganada por el ejercicio de la meditación y en la lucha contra el propio ego, cabe entonces abrirse a los

otros para que nos visiten tal como son, y no revestidos por nuestros conceptos y necesidades. El otro, aunque es un sujeto, es un objeto para nuestra conciencia, que solo se alcanza y constituye como un tal otro cuando no hay filtraciones y mezclas con nuestro propio *self*, contaminaciones que se verifican justamente al tratar con el otro según la pantalla de una teoría objetiva, teorías que no hablan de este individuo ahora enfrente mío en su ser real, sino de un individuo en general, o abstracto, que no está en ningún lugar aparte de la mente o ego del propio terapeuta. Esa plantilla, que en tanto que teoría siempre coloca al otro no como un tú, sino como una 3ª persona, se propone en realidad una tarea imposible y autocontradictoria: objetivar al sujeto, medirlo, tasarlo, limitarlo, etc., deformando su propia experiencia y realidad para hacerlo entrar en el molde o modelo previamente dispuesto.

Ninguna técnica, tampoco la meditación, alcanza a discernir, ni siquiera a entablar una discusión sobre lo que sea real o irreal. Por eso, más allá de la meditación, entendida como procedimiento, Ojeda desciende a lo que la justifica: el propio budismo. Sería demasiado largo y complejo discutir aquí este tema, del que el lector hallará cumplida cuenta en el texto. Solo quisiéramos destacar dos aspectos. En primer lugar, que el budismo no es una teoría, no parte de una serie de observaciones organizadas en conceptos que se encadenan en juicios y silogismos, sino de una experiencia hecha por el propio autor de la doctrina. Pero no se trata ni de una experiencia privilegiada suya ni de una experiencia cualquiera, sino de una que es universal y que todos conocemos y experimentamos por nosotros mismos: el sufrimiento. En segundo lugar, la realidad universal del sufrimiento induce a cada cual al intento de vencerlo y superarlo, y es aquí donde el genio del Buda pudo comprobar que este enfrentamiento desemboca en una emergencia y reforzamiento del ego, donde somos aún más fuerte e inevitablemente atrapados por él. La meditación budista, y su objetivo de lograr un estado de conciencia exento de ego no es más que el corolario necesario para dar una lucha al mismo tiempo lúcida y con algún viso de éxito frente a ese formidable enemigo que es el sufrimiento, disolviendo su fuente y su alimento que en el fondo es lo que buscan todos quienes acuden a una psicoterapia.

Para concluir quisiéramos hacer cuatro apreciaciones personales que son el resultado de la lectura de este escrito, pero que naturalmente no comprometen al autor. En primer lugar, una cita de Gide abre el texto diciendo que todo ha sido hecho antes y que seguir adelante es seguir hacia atrás para comenzar de nuevo. El acceso a la subjetividad no pretende comenzar todo, no cultiva ni el nefasto prurito de la novedad ni, como es habitual, se disfrazan con lenguaje actual

ideas de siempre. Pero una pura referencia temporal es ambigua. Ya han quedado en el pasado y en el olvido muchas que en su día fueron sonoras novedades pero que resultaron insustanciales. P. ej., hay 400 modelos de psicoterapia y no puede ser que todas sean verdaderas. Por eso, volver, en sentido estricto, es volver al origen. Esta no es una simple discusión con lo que hoy se entiende por psicoterapia, ni tampoco una pugna con esta o con esta otra, sino una indagación original, es decir, sobre el origen, que no es de ayer ni de hoy, sino lo que permanece cuando el hoy y el ayer se han consumido.

En segundo lugar, el título dice acceso a la subjetividad y la psicoterapia, no dice *y a la psicoterapia*. La psicoterapia aparece aquí subordinada al acceso a la subjetividad: tanto hay de acceso a la subjetividad tanto hay de psicoterapia. En otras palabras, la psicoterapia depende del acceso a la subjetividad, y ninguna se puede justificar si primeramente no lo ha garantizado, si no ha demostrado que efectivamente accede a ella, si no puede enseñar a todos y a cualquiera los caminos que a ella la llevan. Las teorías suponen, en general, una elección y convicción del propio terapeuta. Paradójicamente implican una transposición de la subjetividad del terapeuta en la del paciente. Si tiene algún sentido la palabra narcisismo, es este, el de un sujeto que en el trato con el otro ve en él, como en un espejo, eternamente replicadas su propia imagen, ideas y figuras.

En tercer lugar, habitualmente entendemos por subjetividad algo privado, escondido, incluso secreto, de modo que acceder a ella es un trabajo propio de detectives, o de gente muy pero muy astuta convenientemente prevenida de incontrastables escalas, modelos, cuestionarios, estadísticas, etc. ¿Y qué si resulta que la subjetividad es lo abierto, lo que está a la vista de uno mismo y de todos? ¿Y qué si el verdadero misterio no está oculto en ninguna gruta sino expuesto a la luz del día? El trabajo psicoterapéutico se entiende como el de los mineros: adentrarse en oscuros laberintos iluminados por la incombustible antorcha de la teoría. Pero no, si algo ha de verse ha de estar bañado y penetrado por la luz natural, lo visto ha de ser patente y mostrarse a sí mismo. El camino hacia la subjetividad es inverso al de las teorías: son las que sostienen tanto los tratantes como los tratados las que oscurecen su acceso.

Por último, a partir de este texto cabe postular una nueva clasificación de las psicoterapias: las egoicas o sustentadas en teorías, y las no egoicas o basadas en la experiencia. Solo hay dos especies de psicoterapias, aunque bajo una de ellas caigan al menos 400 individuos y en la otra uno solo. Será estimulante conocer el juicio y discusión de los expertos para ver cuál de estas dos especies responde a las reales exigencias y necesidades de una psicoterapia.

## Presentación del libro de Dr. César Ojeda

Alberto Botto

Estimados lectores:

Es un honor para mí presentar el nuevo libro del Dr. César Ojeda “El acceso a la subjetividad y la psicoterapia” publicado por SODEPSI Ediciones; sin embargo no debiera dejar pasar una advertencia preliminar –aplicable, por lo demás, no solo a los ensayos sino a cualquier trabajo literario–: toda presentación debiera ser innecesaria. Sobre todo para un texto como este, cuya fuerza reside en una extraña capacidad autoexplicativa y que, en concordancia con su tesis, evidentemente ha sido escrito pensando en el *otro*. ¿Y no es acaso el otro siempre un lector? Por eso, para comenzar es necesario decir que todo el texto está equilibrado por la presencia del otro. Incluso el estilo: directo, limpio y depurado de tecnicismos, pareciera haber sido determinado por esa ineludible presencia (¿o más bien *ausencia*?). Esto queda demostrado en el propio acto de lectura donde inmediatamente se establece un *diálogo* a partir del cual más que respuestas –que las hay, sin lugar a dudas– lo que aparecen son preguntas. Para decirlo de una vez: este libro no requiere presentación. En consecuencia, lo que intentaré es mostrar algunos pasajes de ese diálogo mediante interrogaciones, notas y comentarios que fueron surgiendo a la largo de su lectura.

Una primera pregunta tiene que ver con el sentido del término *acceso* respecto al de *subjetividad*. Si a la subjetividad (del otro, pero también a la propia) es necesario *acceder*, ¿significa esto que en algún sentido nos encontramos fuera de ella? Y, de ser así, ¿dónde?, ¿cuál sería ese lugar? Tal vez todo quede resumido en la antigua sentencia pindárica: *llega a ser quien eres*; esto es: otro. Llegar a ser quien se es implica dejar de ser quien se era para, asumiendo dicha ausencia, pasar, en definitiva, a ser *otro*. En todo caso, es claro que para lograr ese acceso se requiere de un *método*. Porque aquí no hablamos de cualquier sujeto, sino de dos subjetividades que aceptan ciertas fronteras: la del terapeuta y la del paciente. En consecuencia, se trata del acceso a la subjetividad del otro como *paciente* y asimismo a todos los *otros* que habitan (y conforman) su subjetividad: sus padres, parejas, amigos y conocidos. Esta comunicación consiste necesariamente en que el terapeuta tiene que ser *otro* para el paciente. Y el paciente tiene que estar dispuesto a recibir (o no) aquello que el terapeuta le

ofrece, es decir: tiene que estar dispuesto a ser visitado por la interpretación (o un consejo, o una aclaración).

Ciertamente este no es un texto sobre *técnica* de psicoterapia (y creo, además, que allí reside su relevancia y trascendencia), sin embargo el *método* alude a un *camino* para conocer al otro. Entonces ¿quién es realmente el terapeuta? Y, desde ese lugar, ¿cómo conoce y de qué manera se relaciona con ese otro que es su paciente? Indudablemente, un psicoterapeuta es más que un sujeto con su ego suspendido y más que un monje budista entrenado en meditación y bastante más que un filósofo experto en fenomenología. Pero –y esto la investigación empírica lo ha dejado muy claro– un terapeuta no es solo alguien que ha estudiado una teoría acerca de la mente y una técnica para intentar curarla. Sabemos que una psicoterapia silvestre es muy difícil de sostener (más allá del “psicoanálisis express” como el que Freud le practicara a Gustav Mahler durante unas pocas horas), y que, por otra parte, el apego irrestricto a la técnica puede resultar en una intervención vacía y carente de sentido. Pareciera, entonces, que primero hay que aprender para después desaprender, en una especie de “no saber sabiendo”. En todo caso, pienso que este libro muestra la manera en que, desde sus fundamentos, se construye el encuentro con el otro en psicoterapia. Después podrán venir técnicas y teorías. En ese sentido, tal como sostiene César Ojeda, “el terapeuta no sabe más que el paciente, y su hacer consiste en ser conciencia. El paciente sabe mucho de sus otros, pero no lo ve con claridad por la autorreferencia propia del ego. La interpretación es desvelar lo que está implícito en esos otros, es verlos desde la conciencia compartida y no desde el ego de cada cual”.

Seguramente para muchos, dentro de los que me incluyo, los capítulos dedicados al budismo dejarán abierta toda una dimensión para explorar. La infinidad de sentidos, correspondencias y similitudes entre las Nobles Verdades y la psicoterapia resulta fascinante. Probablemente el oficio del terapeuta se ubique entre la segunda y la tercera verdad (Samudaya y Nirodha). Más específicamente, en la tarea de evitar la adicción, el apego a las cosas y, en consecuencia, el sufrimiento. En ese sentido, resulta paradójico que en estos tiempos donde la teoría del apego ha tomado tanta relevancia para ciertos enfoques psicoterapéuticos, perfectamente

podría plantearse la necesidad de desarrollar una “Psicoterapia basada en el Desapego”.

Un aspecto que quisiera destacar es la *dimensión ética* que se encuentra implícita en la tesis del libro y que, evidentemente, rebasa los límites del proceso psicoterapéutico. ¿Cómo, si no, comprender la relación con *lo otro*? Ya sea dentro o fuera del espacio terapéutico, el reconocimiento del otro como un objeto más de la conciencia, que se encuentra –utilizando una imagen espacial que alude a la jerarquía y, en último término, al poder– no *arriba* ni *abajo* sino *al lado* del yo, debiera bastar para reflexionar acerca de la manera en que nos relacionamos con *lo otro*; eso *otro* donde *el otro* es tan objeto como el yo. De esta manera, el acceso a la subjetividad sería un ejercicio de desplazamiento de la atención sobre el yo dentro del campo de la conciencia. Como sujetos mostramos una persistente inclinación por el yo, pero si seguimos a Sartre en la “trascendencia del ego”, para la conciencia el yo es tan otro como el otro. El yo y el otro de lo otro forman parte de la conciencia (son objetos de conciencia), pero no la definen. El acceso a la intersubjetividad consistirá, entonces, en el desplazamiento del yo del centro de la conciencia para acceder al encuentro con el otro. De esta manera podría definirse la ética del sujeto. Y que, como plantea César Ojeda en su libro de una manera bella y simple, en la psicoterapia tendría estos tres elementos: (1) quitarse de en medio, (2) poner palabras y (3) creerle al paciente.

Son demasiadas las relaciones que se pueden establecer entre el otro, lo otro y la literatura. Posiblemente toda la literatura no sea más que una forma de establecer relaciones con lo otro. Me parece que Borges y Octavio Paz son los autores que más se han acercado a

ese vínculo. Un volumen de poemas de Borges se titula, justamente, “El otro, el mismo” y en Paz el concepto de “otredad” circula por toda su obra formando una red de vasos comunicantes. Hay una frase bastante enigmática que aparece en una de las primeras cartas que escribió Rimbaud –y que los exégetas de su poesía han interpretado de las más diversas maneras– que dice simplemente: *Yo es otro* (“Je est un autre”). Creo que esa pequeña frase resume la experiencia del sujeto (y la intersubjetividad) al escenificar justamente aquello que falta, la carencia como fundamento, el vacío del *subiecto* que busca ser completado *en y por* el otro. Tal vez la pregunta más radical no sea ¿cómo sé que el otro es *otro* y no una cosa?, sino ¿cómo sé que yo soy yo y no otro?

Por último, un par de ideas en relación con el epílogo. Recuerdo que hace un tiempo César Ojeda me enseñó un término que, desde entonces, no he dejado de utilizar: el “derecho del lector”. En qué página ejerzo el derecho del lector de abandonar –o continuar– la lectura del libro es el momento en que ese libro (un ensayo, un relato o una novela) puede transformarse en bueno o malo. En consecuencia, un mal libro será aquel que debemos abandonar porque sencillamente no sintonizamos, no nos contactamos, no logramos armar un “vínculo”. Lo mismo ocurre en psicoterapia. Al contrario, un buen libro es aquel con el cual establecemos una alianza indestructible, apasionada, amorosa y que no podemos terminar. En ese sentido, pienso que los buenos libros son aquellos que se encargan de terminar con nosotros. Son ellos los que nos abandonan. Como los pacientes. Siempre que termino un buen libro siento que el libro terminó conmigo. Y este libro, ciertamente, lo hizo.