

ENSAYO

LA ELIMINACIÓN DEL MONISMO MENTE-CUERPO EN PSICOTERAPIA

(Rev GPU 2017; 13; 2: 146-149)

César Ojeda

Pareciera que la superación del dualismo fuera una muestra de pensamiento evolucionado en los teóricos psicoterapeutas y filósofos. Sin embargo el “yo soy mi cuerpo” es una postulación (y una moda) extraordinariamente frágil. Justamente la revelación más estremecedora en los seres humanos es aquella que nos dice todo lo contrario, aquella que nos dice que el yo (ego), mi relato personal y su libreto, es en gran medida independiente del cuerpo. El cuerpo de cierto modo nos define y afecta, pero lo sorprendente es que nuestro proyecto de vida personal le es, al cuerpo, indiferente. “A sus neuronas les importa un rábano quién sea usted”, decía Daniel Dennett, a mi juicio acertando esta vez. El cuerpo tiene su proyecto independiente y no nos pregunta nada para realizarlo. Basta con envejecer o enfermarse para que nos demos cuenta de que el cuerpo no ha tomado en consideración nada de nuestro proyecto de vida, de nuestros afanes ni de nuestras responsabilidades.

EL EGO

Como muchas expresiones que se originan en la psiquiatría, la palabra “ego” tiene mal aspecto. Basta seguir los derivados ególatra, egocéntrico y egoísta, para que lo dicho se haga evidente. Sin embargo, ego significa en latín “yo”. Este que soy. Hemos desarrollado en otros escritos (Ojeda, 2016)¹, que el ego es histórico, pues yo soy aquel que ha vivido una existencia intransferible, pletórica de contingencias y sucesos que, de diversas maneras se me hacen presentes como “ya ocurridas”. Soy médico porque “ya” estudié medicina. Con independencia de la forma en que ese pasado integre

mi vida actual, es un requisito para saber experiencialmente “quién soy”. El recuerdo y la predicción forman un entramado que contiene la presencia-presente de la identidad (el *ídem* latino). Un presente sin recuerdo y sin predicción es un presente vacío (como ocurre en las fases terminales de la enfermedad de Alzheimer). El paciente está consciente, pero carece de identidad, porque no puede hacer presentes las ausencias que constituyen su ego (el pasado y la predicción) (*ibíd.*). Si así fuese, el ego y la conciencia son fenómenos distintos: puedo estar consciente sin identidad, como el caso señalado, pero no puedo tener identidad sin conciencia. Por lo mismo, el ego nunca es la conciencia sino un

¹ Ojeda, César (2016). *El Acceso a la Subjetividad: Fenomenología, budismo y psicoterapia*. Sodepsi Ediciones, Santiago.

objeto de conciencia como todo lo recordado, pensado, fantaseado y percibido. Sumado a lo anterior, en este bosquejo habría que agregar que no se trata en el ego de un punto virtual, sino de una trama biográfica y de la narrativa que la conforma. Hemos también señalado, antes, que esa trama está hecha de hábitos y repeticiones que filtran nuestras experiencias actuales y las dotan de algún tipo de valor autorreferente.

LA NATURALEZA COMO “LO OTRO”: PRIMER PASO DE UN ESBOZO DUALISTA

Los seres humanos no solamente experimentamos lo “no-yo” intersubjetivamente, sino que también como un genérico “lo” otro. Así ocurre con la naturaleza, que es un aspecto de lo que somos, pero también de lo que no somos y que nos hace frente en el mundo y en medio de lo cual vivimos. Son naturales la cordillera, el aire y las perdices, pero también, en cierto sentido, nosotros mismos y los objetos de la cultura. Esta comunidad óptica (comunidad de “cosa”) se aprecia cuando somos golpeados por un objeto duro y pesado, con independencia de si se trata de una piedra desprendida de la ladera del cerro, de un automóvil o de un trozo de la estatua de César que cae ante los embates de un terremoto. Allí descubrimos la naturalidad de todos esos objetos, pero también la de nuestra propia cabeza. Efectivamente, hay un aspecto constituyente de nuestra existencia que, al igual que el carbono, está en la tierra, pero es también parte, y parte legítima, de lo que somos. Nos referimos al cuerpo considerado como *Körper*, es decir, como cuerpo material, extenso. No se trata acá del cuerpo expresivo, estético o fisiognómico (*Leib*), ni del cuerpo teórico (*Bíos*), sino de la “cosa viva” que somos. Y esta “cosa viva”, por más que habitualmente esté oculta y en silencio como tal cosa, cuando nos aparece, lo hace como una experiencia y no como una categoría especulativa. Esa experiencia es la experiencia de un fracaso, de una falla, de una “ruptura”, de un libreto que se aparta del que suponemos tenemos para nosotros mismos. El estómago solo nos aparece en la náusea o en el dolor. Antes de eso es mudo. Y, al aparecer, esta “falla” (casi en sentido geológico) deslinda, disocia y hace patente en ese momento una diferencia entre los parámetros de sentido que nos definen como la persona que somos y la naturaleza, que también somos.

El ser humano organiza su existencia como identidad, es decir, en una historia y un proyecto personales, pleno de actos que le confieren una unidad biográfica intransferible (ego). Ser médico, escritor o funcionario público; ser padre o madre de sus hijos, amigo, maestro o discípulo; ser hijo de sus padres, hermana, pertenecer a

un país, hablar nativamente determinada lengua y tener un nombre propio, del mismo modo que tener incompleto el libro que se escribe, o estar organizando el Departamento de Bioética de la Facultad, son situaciones que se escapan de la serialidad. Esto quiere decir que, como tal ser que soy, la red formada por mis vinculaciones de pertenencia social, familiar y profesional es única, y nadie puede ocupar el lugar que el conjunto de esas vinculaciones determina. Es en este plano donde el sentido de la vida humana propia (el ego y la biografía) fluye, dándole un carácter irreplicable y familiar a cada persona y constituyendo el plexo de significaciones (relatos) de la identidad señalada.

Sin embargo, la naturaleza, por así decirlo, se mueve en ciclos y transformaciones inevitables que se despliegan más allá (o, si se quiere, más acá) del fluir del sentido personal (y por lo tanto del ego) y que, a pesar de no ser disponibles, son, sin embargo, siempre, mudas o expresas, también parte de lo que somos. Y esto lo sabemos siempre ya: el nacer, el envejecer, el enfermar y el morir son parte de ellas.

En las denominadas “crisis de pánico” asistimos a una tragedia (en el sentido original griego de esa palabra), a un desgarrar y a la vez a un develamiento. La persona se da cuenta de que algo ocurre con su cuerpo, el que da señales de inminente disolución: la taquicardia, la disnea, la sensación de pérdida de conciencia son signos inequívocos para él de que la naturaleza que él propiamente es ha entrado en un ciclo de enfermedad y muerte. Pero esa propiedad, este aspecto de lo que somos, es al mismo tiempo y paradójicamente, una ajenidad (y allí está la revelación): ajenidad respecto del proyecto personal, y por lo tanto carente de propósito y absurda. Y esta disociación está ocurriendo de forma súbita e incontrolable. Pero, implacable, la “falla”, esta “falla” que ahora experimento, hace irrelevantes mis creencias, mis disputas, mis pretensiones, mis pequeños afanes, con excepción de la realidad de la muerte que me recuerda que soy también parte de la naturaleza y, por lo mismo, no puedo escapar de ella. Esa “falla”, insinuada, simbolizada o franca, es la grieta desde la que surge lo que denominamos angustia: angustia frente a la naturaleza que, en un ineludible aspecto, también somos, pero que, sin embargo, no es todo lo que somos. De no existir esa tensión, ese deslinde y esa escisión, ¿qué sentido tendrían la agonía, la lucha por persistir en un aspecto del ser que soy y que siento como lo más auténticamente mío, como es el plexo de significaciones que ha presidido mi vida humana?

Sin embargo, la naturaleza amenaza también de otras formas. En las llamadas fobias específicas la natu-

raleza temida ya no es la del propio cuerpo, sino aquella que toma la forma de animales, catástrofes, obscuridades, tormentas, etcétera. Lo mismo sucede con la tecnología que somete al hombre a poderosas máquinas y enormes construcciones susceptibles de desperfectos, errores y descontroles que pueden, de modo absurdo, dañar o aniquilar el proyecto de vida que nos da sentido. No es posible hacer un “pacto” con todas esas situaciones: una vez desencadenada, la mecánica natural es para nosotros ciega, poderosa e implacable. Lo sorprendente, y en cierto sentido paradójico, es lo ya señalado varias veces: que esa misma naturaleza es también un aspecto de lo que somos como existentes humanos.

LA NATURALEZA COMO “EL OTRO”: SEGUNDO PASO DE UN ESBOZO DUALISTA

No obstante, no todas las amenazas surgen de la naturaleza como “lo” otro y sus azares, leyes y transformaciones no subjetivas, sino que también desde “el” otro, ese que es como yo. Como hemos señalado antes, el sentido que preside el desarrollo de la vida del hombre contempla, desde la partida, la presencia de otras personas con las que, de diverso modo, se establecen vinculaciones familiares, sociales y laborales (segunda persona). A diferencia de la humanidad abstracta, estos vínculos fácticos son los que dan a cada uno su “sitio”, su espacio de pertenencia e identidad y donde ser la persona que soy adquiere no solo su fisonomía, sino también sus derechos y obligaciones intransferibles. El respetar, amar y valorar a “ciertos” otros, y el ser respetado, amado y valorado por ellos no es, pues, algo prescindible o adjetivo; a la inversa, es esencial para el desarrollo de las posibilidades de cada cual. El fracaso frente a los otros que nos importan y definen no se relaciona ya con la naturaleza que nos posibilita y limita al mismo tiempo, con esa dimensión que nos hace nacer pero también morir, sino con un ingrediente necesario al sentido de la vida humana, siempre ya “con otros”. ¿En qué contexto, si no, pueden entenderse las experiencias absolutamente humanas como la vergüenza, la culpa, el orgullo, la envidia, la humillación y otras semejantes? Ninguno de estos sentimientos podría existir sin “el” otro en segunda persona. Es experiencia de cualquier psicoterapeuta que este tipo de estados, frecuentemente, produce gran sufrimiento. Por ejemplo, la vergüenza solo es posible por la mirada del otro, por su ser testigo. Entre los actos diarios de cualquier persona hay muchos que, realizados en soledad, son, por así decirlo, neutros, pero que por la simple mirada del otro y sin que este haga algo distinto que estar ahí, se transforman en vergonzosos. De allí

que el componente decisivo en este caso no sea el acto en sí, sino el acto frente a la mirada de los otros. En el caso de la culpa, se trata de un adeudar a estos mismos otros un no haber estado a la altura que ellos merecen y que también, en muchos aspectos, define mi propia altura. Por su parte, la envidia lo es de aquello que me falta, de aquello de lo que carezco y que creo que el otro tiene y que lo dignifica. Y es también el otro el que activamente me rebaja en mi condición humana al humillarme. Todos estos sentimientos son complejos, pero, al hacer este boceto, lo que quiero volver a resaltar es que en todos ellos el otro es definitorio. Es decir, el otro cercano, amado o valorado, ese otro “significativo” –la segunda persona–, y no cualquier otro y que nos es indispensable para vivir humanamente, también es fuente de incertidumbre y miedo. En las llamadas Fobias Sociales y Sexuales el miedo aparece frente a una persona o a un grupo de ellas, con las que se posee una vinculación significativa, y donde se espera del sujeto una conducta personal e intransferible, es decir, donde quedo especificado frente a la mirada de ellos y no puedo ser anónimo. ¿Quién si no yo es el que está haciendo esta conferencia? ¿Quién si no yo es el que desea y es deseado por esta determinada mujer? ¿Quién si no yo es amigo de esa persona que camina en la acera de enfrente? Pues bien, si los otros en muchos sentidos me definen y me importan, ese quien, que digo al decir yo, frente a ellos, debe hacerse cargo: cargo de ser él (yo) mismo.

No hay aquí referencia alguna a la muerte. En el camino de hacerme cargo, ya no es la angustia ante la finitud la que se me impone, sino otra forma que podríamos llamar angustia interpersonal o egoica, puesto que me hace explícita la máscara tenue y frágil de todas las consideraciones acerca de mí mismo; me pone en contacto con la dependencia que ser yo mismo tiene del otro y de cómo, frecuentemente, me miro con los ojos de ese otro. Por ello me tiembla la mano al firmar, olvido lo que estoy diciendo, no sé qué decir en ese encuentro casual con un amigo en la calle, enrojezco al darme cuenta que la atención de los comensales se ha detenido en mí, o se bloquea o precipita mi respuesta sexual frente a la mujer deseada. De ahí en adelante el mecanismo fóbico parasita la estructura, la fija y se encarga de darle repetición a lo dicho.

Sin embargo, si bien el otro me mira, yo también puedo mirarlo a él. Surge así la dialéctica de las libertades, la lucha y el conflicto. Ante la presencia del otro caben al menos dos actitudes: o bien nos afirmamos como sujetos y en esa afirmación nos apropiamos de la libertad del otro y cosificamos su ser (lo utilizamos como una herramienta), o bien intentamos captar al

otro en su libertad, en su ser sujeto pero a costa de correr el riesgo de perder la nuestra y de convertirnos en meros objetos para él. Es por ello que Sartre afirma que, de cualquiera de las dos maneras, la relación entre las subjetividades será siempre conflictiva y será una lucha entre libertades. De aquí su pesimista conclusión: "el infierno son los otros". Es fácil no compartir esta afirmación, pero también sería ciego no reconocer la conflictividad cotidiana que se genera entre las personas que están vinculadas. Bien lo saben los dramaturgos:

el conflicto dramático surge siempre desde los vínculos más estrechos.

Tal vez es esta segunda forma de angustia (egoica) la que nos permite entrar en un terreno que trasciende el tema de la finitud heideggeriana, y que nos obliga a reconocer que "el otro" es parte esencial de mi vida, que me importa, que me demanda, que me da, que me atormenta, que me ilusiona, que me decepciona, que me enrabia, y que, como decimos, me angustia de manera preeminente.