

ENSAYO

LA PSICOTERAPIA COMO MAYÉUTICA

(Rev GPU 2017; 13; 1: 28-32)

Otto Dörr¹

La palabra “mayéutica” proviene del griego *máia*, que significa madre, nodriza, matrona. La diosa que lleva su nombre fue la madre de Hermes, el mensajero entre los hombres y los dioses. De *máia* derivan dos sustantivos importantes: *máieluma* y *máieia*, que significan respectivamente parto y arte de la obstetricia; además derivan dos verbos, que son *máieusis* y *máeionuai*, que significan dar a luz, traer al mundo y aliviar el parto. Un sinónimo y con la misma raíz etimológica de *máieia* u obstetricia, es la *techné maieutiké*, de la que deriva la mayéutica, concepto empleado por Sócrates –quien era hijo de una partera– para describir la forma en que él, a través del diálogo, pretendía hacer nacer la verdad en el otro, concretamente en los jóvenes atenienses. La mayéutica era la segunda y última etapa en el marco de su método de enseñanza filosófica, llamado dialéctica. La primera era la ironía, método de preguntas y respuestas, a través del cual Sócrates llevaba a su discípulo a reconocer su propia ignorancia. Recordemos su famosa frase: “Solo sé que nada sé”. En esta sentencia se encuentran los dos sentidos de la palabra dialéctica: el diálogo cargado de ironía que lleva a demostrar la ignorancia como un saber y, al mismo tiempo, la negatividad implícita en toda pregunta sobre lo real, que es propia del pensamiento dialéctico, desde Heráclito hasta Hegel.

Ahora, el método socrático era lo contrario de la enseñanza de los sofistas, supuestos sabios que recorrían Grecia enseñando a la juventud sobre las más distintas materias, puesto que en esta era el alumno quien preguntaba y el maestro el que respondía, entregando al

interlocutor sus conocimientos, mientras que en el caso de Sócrates era él quien preguntaba, hasta lograr que el alumno reconociese su ignorancia. Habiendo eliminado los errores y afirmándose en este “saber” sobre su propia ignorancia, el discípulo estaba en condiciones de encontrar el camino hacia la verdad. Sócrates empleó este método para enseñar a la juventud ateniense no solo conocimientos específicos, como pretendieron los sofistas, sino, y sobre todo, a conocer y practicar las virtudes y por esta vía modelar su alma para que llegaran a ser buenos ciudadanos. Porque para Sócrates toda educación debía ser política. Él se sentía llamado a educar a los jóvenes para gobernar o para ser gobernados. Sócrates designa esta educación para la abstinencia y el dominio de sí mismo con la palabra griega *ascesis*, la que no es equivalente al ascetismo de la vida monacal. El dominio de sí mismo que requieren los gobernantes, pero también los ciudadanos, y que él llamó *enkráteia*, era, según Jenofonte, discípulo de Sócrates, el fundamento de todas las virtudes, pues “equivale a emancipar a la razón de la tiranía de la naturaleza animal del hombre y a estabilizar el imperio legal del espíritu sobre los instintos” (cit. por Jaeger, p. 432).

El “hacer nacer la verdad en el otro”, como pretendía Sócrates con su mayéutica, no es muy distinto de lo que pretende la psicoterapia moderna. Sea esta psicoanalítica, sistémica o existencial, será siempre el ampliar los límites de la conciencia, el reconocer conflictos escondidos o negados y el aumentar con ello el ámbito de la libertad personal, la aspiración de todo método psicoterapéutico.

¹ Profesor Titular de Psiquiatría de las Universidades de Chile y Diego Portales.

¿Significa esto que fue Sócrates quien inventó la psicoterapia o existían antes de él algunas formas de “tratamiento por la palabra” que eran utilizados por la medicina? Efectivamente, la psicoterapia constituyó una parte esencial del acto médico desde Hipócrates. Pero ya antes, en la medicina homérica, el acto de curar enfermedades o heridas era acompañado de un ensalmo, hechizo o conjuro, que tenía por función atraer la benevolencia de los dioses hacia el enfermo y al mismo tiempo ejercer un efecto sugestivo. “Desde la epodé con que los hijos de Autólico curan las heridas de Ulises, la mención de este rito terapéutico es frecuente en la literatura griega (...) Se trata, como sabemos, de una fórmula verbal de carácter mágico, de contenido variable según los casos y recitada o cantada ante el enfermo para conseguir su curación” (Laín Entralgo, 1958). Pero con Platón cambia completamente el sentido de los ensalmos. Él los racionalizó, librándolos de su connotación mágica. Así es como tanto en *La República* como en *Las Leyes* tiene Platón expresiones muy duras en contra de aquellos que engañan a sus semejantes, sean estos enfermos o seres afligidos, por medio de discursos falsos de pretendido poder mágico. En su estado ideal él sugiere que se debería incluso condenar a aquellos que engañan a los demás, pretendiendo ser capaces de “evocar las almas de los muertos y seducir hasta a los dioses, hechizándoles con sacrificios, plegarias y conjuros...” (Leyes, X, 909b). Para Platón el *logos* del médico será verdaderamente *kalós* (bello) cuando su contenido y su forma sean adecuados a la peculiaridad y a la situación del alma del paciente (Fedro 270 b, ver Laín Entralgo, p. 176).

Nos interesa destacar otra vez el cómo desde el comienzo de la medicina científica la palabra del médico tuvo un papel fundamental. Es probable que en los siglos posteriores a Hipócrates, y hasta el advenimiento del psicoanálisis freudiano, la medicina no haya logrado una elaboración teórica de la curación por la palabra superior a la griega; pero no cabe duda que ese momento verbal siguió existiendo en todas las formas de medicina, aun en las más científicas, al menos como sugestión. Baste recordar que para reconocer la eficacia de un medicamento este debe superar el llamado “efecto placebo”; que se estima en alrededor del 40%. Pensemos también en el rol del médico de familia, cuya palabra no solo ayuda a curar el dolor o a disminuir el miedo a la muerte, cuando su sombra amenaza, sino que llega a transformarse en fuente de alivio y consejo para todo el acontecer familiar. Ese enorme contingente de pacientes llamados “funcionales” por la medicina somática se mejora a veces solo con el hecho de ser escuchados por el médico o de que este les diga una palabra de consuelo.

Ahora bien, la necesidad de la psicoterapia radica en ese hecho antropológico fundamental de que el ser humano nunca se conoce totalmente a sí mismo. Hay una suerte de diferencia ontológica entre ser y parecer (Sartre, 1966), no solo respecto a los demás, sino también con respecto a sí mismo.

En *Delfos* se hallaba inscrita desde antiguo la sentencia “conócete a ti mismo” y esta consigna se va a transformar, como vimos, en una de las tareas más importantes de Sócrates: demostrarle a la gente, y especialmente a los jóvenes, que no se conocen a sí mismos y ayudarlos entonces a emprender el arduo camino del autoconocimiento. Y esa es, como vimos, la mayéutica, el arte de hacer parir la verdad en el otro. En el diálogo “Menón”, Platón hace decir a Sócrates: “Así que más que de cualquier otra cosa tenemos que ocuparnos de nosotros mismos y buscar a aquel que de una manera u otra nos haga mejores” (96 d). Aquí, Sócrates nos plantea la necesidad de conocernos y la de buscar al maestro (y en el caso de la medicina, al terapeuta) que pueda ayudarnos a lograr esa meta. El problema es quién y cómo.

Para responder a la cuestión planteada recurriremos a la ayuda del mismo Platón. Él estuvo siempre interesado en la medicina y en muchos de sus Diálogos tomó posición frente al problema del tratamiento por la palabra, hoy llamada psicoterapia. Pero donde trató de forma más expresa el tema es en el diálogo “Cármides”. La historia es, resumidamente, la siguiente: el joven Cármides –quien en la realidad era primo hermano de Platón– sufría de fuertes dolores de cabeza y escuchó decir que Sócrates disponía de una hierba, un *pharmakon*, que podía aliviar sus dolores sin mayor trámite. Vino entonces donde Sócrates para solicitarle el remedio y este le respondió que efectivamente se trataba de un método de curación que él mismo había aprendido de un médico tracio de Zalmóxiz, “de esos que se cuenta que hasta resucitan a los muertos” (156 d); pero ocurría que esta hierba no surtía efecto alguno si no era acompañada de una *epodé*, de un bello discurso, “pues es del alma de donde arrancan todos los males y todos los bienes tanto para el cuerpo como para todo el hombre. Así pues, es el alma lo que ante todo y sobre todo hay que tratar si se quiere el bienestar de la cabeza y del resto del cuerpo. Y el alma se trata, mi buen amigo, con ciertos ensalmos y estos ensalmos son bellos discursos y de tales discursos nace en el alma la *sophrosine*; y una vez que esta haya surgido y permanezca, será fácil lograr también la salud para la cabeza y para el resto del cuerpo”.

Antes de entrar en un análisis más detallado de este hermoso texto, quisiera señalar el paralelismo existente entre el tratamiento de las enfermedades por medio de la palabra aquí descrita y la mayéutica socrática que

describiéramos al comienzo. En la mayéutica se trata de hacer nacer la verdad en el otro para transformarlo en un buen ciudadano. En la psicoterapia la meta está en descubrir qué es lo que realmente aflige al paciente (su verdad profunda) para que pueda restablecer el equilibrio perdido con la enfermedad. Recordemos que la salud era para los griegos el equilibrio de los humores, pero también la armonía del sujeto consigo mismo, con la comunidad, con la naturaleza y con los dioses. En ambos métodos se trata entonces de alcanzar la verdad: en uno con el objeto de llegar al conocimiento y a la virtud, en el otro para alcanzar el estado de salud. Pero, ¿en qué consisten el arte de curar y la verdadera salud? Veamos lo que Platón nos enseña al respecto:

1. Que el remedio y la *epodé* o bello discurso deben ser aplicados en el mismo contexto de la relación médico-paciente, porque no puede haber curación del cuerpo sin lograr primero la curación del alma, pero tampoco curación del alma sin la del cuerpo. La idea del todo, de la unidad alma-cuerpo, está siempre presente cuando Platón habla sobre el acto médico. Y esta podría ser entonces un imperativo ético para el ejercicio de la psicoterapia: ¡nunca alejarse demasiado del cuerpo! Con otras palabras, la psicoterapia debe permanecer cerca de la medicina, integrada en el tratamiento de la persona como un todo. “Pues también ahora, continuó el sabio tracio, cometen los hombres las mismas equivocaciones al intentar, por separado, ser médicos del alma y del cuerpo. Y a mí, Sócrates, él me encomendó muy encarecidamente que nadie, por muy rico, noble o hermoso que fuera, me convenciera de hacerlo de otro modo”. (Cármides, 157 b).
2. Que en el marco de esta unidad sí existe una precedencia, porque “sin la *epodé* la planta no tiene ningún efecto” (155 e) y Sócrates había dicho un poco antes: “Cuando me enseñó el remedio y los ensalmo, él dijo: que nadie te convenza de tratar la cabeza de alguien que antes no te presente también su alma para que la cures con los ensalmos” (157 b). Y luego: “Así pues, yo... le obedeceré; y si quieres primero entregar tu alma, para que, de acuerdo con las prescripciones del médico extranjero, podamos conjurarla con los ensalmos, entonces remediaré también tu cabeza; pero si no, no sabría qué hacer contigo, mi querido Cármides” (157 c). Aquí se subraya como en ninguna otra parte la importancia de la psicoterapia para la medicina y, aún más, su primacía frente a otras formas de tratamiento. Según este texto,

la psicoterapia representaría una parte esencial de todo acto médico o, expresado de otra forma: fuera de la existencia de una psicoterapia como técnica independiente, toda intervención médica debería ser psicoterapéutica para poder alcanzar un verdadero efecto curativo. Pero Platón nos enseña aún más sobre las respectivas actitudes que deben asumir el paciente y el médico. Él nos dice que el paciente debe “ofrecer” su alma al médico, para que este pueda hablarle con un “bello discurso”, lo que implica dos cosas: primero la necesidad de la confianza por parte del paciente y segundo la inevitable asimetría que caracteriza la relación médico-paciente. En el Diálogo “El Banquete o Symposium” (202 e, 203 a) Platón nos indica cuáles son las condiciones que deben cumplir los ensalmos o bellos discursos para que sean verdaderos y tengan efecto, por cuanto los hay también falsos. Para él los *epodai* o ensalmos no son meras palabras racionalizadoras que podría decir cualquiera, sino, por el contrario, ellos deben poseer un “poder demoníaco” que es, en último término, lo que provoca la modificación curativa en el paciente. Recordemos que lo demoníaco es aquella fuerza que emana de los dioses y que actúa sobre los mortales, transformándolos.

3. La apertura del alma del paciente al médico y el bello discurso de este permitirán al primero alcanzar el estado de *sophrosine*, condición de posibilidad de la salud del todo y, por lo tanto, también del cuerpo. La pregunta sería entonces: ¿en qué consiste la *sophrosine*? Todo el resto del diálogo está dedicado a la discusión de este problema. Cármides y Critias proponen varias definiciones. Cármides comienza diciendo que la “*sophrosine*” es algo así “como hacer todas las cosas ordenada y sosegadamente, lo mismo si se va por la calle, si se dialoga, o si se hace cualquier cosa. En resumidas cuentas, a mí me parece que es algo así como tranquilidad o prudencia” (159b). Sócrates, con su habilidad dialéctica habitual, lo interroga respecto a la definición dada y lo hace caer en contradicciones progresivas, hasta que el mismo Cármides termina por desecharla. A solicitud de Sócrates intenta aquel una segunda definición de *sophrosine* (puesto que en un comienzo él había afirmado poseer ya la sensatez, de lo cual se desprendía que no necesitaba de los ensalmos de Sócrates para mejorarse): “Me parece, dijo Cármides, que la sensatez hace tímido y pudoroso al hombre, de modo que ella sería algo así como el pudor” (160 e). No le fue mejor al joven Cármides con esta nueva definición

y también tuvo que abandonarla para intentar una tercera: “Es que me acabo de acordar –cosa que alguna vez odié a alguien que lo decía– de que la sensatez bien podría ser algo así como ‘saber ocuparse de lo suyo’” (161 b).

En la discusión se pone en evidencia que nada habría en rigor en contra de que también sean sensatos los que se ocupan de las cosas de los demás (163 a). La discusión sigue entonces con Critias, pues era a este a quien Cármenes había escuchado la egoísta definición de *sophrosine* como el ocuparse en buena forma de los propios asuntos, y por cierto que a Critias le va aún peor que a Cármenes con la inteligente ironía de Sócrates. Luego el diálogo va llevando poco a poco a definir la *sophrosine*, la sensatez, como la capacidad de conocerse a sí mismo y de conocer a los demás (164 d - 166 e). Pero a pesar de la profundidad y belleza de esta última definición, tampoco Sócrates queda satisfecho con ella, cayendo más y más en la incertidumbre, para terminar diciendo: “Solo me atrevo a vaticinar que la sensatez es algo útil y bueno” (169 b), pues todas las otras definiciones al ser analizadas se muestran como insuficientes o contradictorias y hacia el final del diálogo manifiesta él con resignación: “Ahora, en cambio, hemos sido derrotados en toda la línea y no hemos podido encontrar en qué se apoyó el legislador que acuñó este concepto de *sophrosine*” (174 b). Cármenes termina aceptando que no posee la sensatez que creía y que sí está necesitado del ensalmo de Sócrates, con el cual el fármaco podrá hacer su efecto y mejorarse él de sus dolores de cabeza.

Pienso que en este diálogo Platón desea enseñarnos, entre otras muchas cosas, algo muy fundamental, a saber, que la existencia humana, incluso en sus estados más elevados como el de la *sophrosine*, es y sigue siendo una cuestión abierta. No hay ninguna fórmula, ninguna receta por medio de la cual el ser humano pueda alcanzar su completa realización y/o felicidad, como han pretendido casi todos los sistemas psicoterapéuticos conocidos y las cosmovisiones que los subyacen. La *sophrosine* se nos ha mostrado como la máxima virtud y, no obstante, su esencia misma se nos escapa. En suma, la verdadera salud solo es posible lograrla a través de ella, pero se nos niega su conocimiento. ¿Significa esto que hemos llegado a una situación sin salida? Sí y no. Sí, porque este texto platónico efectivamente no nos ofrece una solución al problema; no, porque más adelante Platón sí nos sugiere una respuesta: la *sophrosine* es un camino, es una búsqueda de la “areté”, de la virtud, o mejor dicho, es el estado que nos permite lanzarnos en su búsqueda. Frente a esta concepción de la psicoterapia y de la relación médico-paciente, las psicoterapias actua-

les, tanto las ortodoxas como las heterodoxas, parecen torpes y pretenciosas. En todo caso, el amplio horizonte en el cual Platón colocara a la curación por la palabra representa una suerte de barrera protectora en contra de muchas de las faltas a la ética que se observan con frecuencia en el ejercicio de la psicoterapia y, al mismo tiempo, un desafío para el desarrollo futuro de este tipo de tratamiento.

Años más tarde, en el Diálogo “Teeteto”, agregó Platón otro elemento a la verdadera salud y a su condición de posibilidad, la *sophrosine*: el camino hacia la verdadera salud es una *homoiosis theó* (176 a-b). Esto significa que en la raíz de todo proceso terapéutico se esconde la aproximación o bien la asimilación de la persona del enfermo a Dios. Imposible imaginar un sitio más alto que el que otorgó Platón a la psicoterapia. Esta no sería solo un método de curación de las enfermedades del alma y al mismo tiempo de las del cuerpo, sino también un camino de ascenso hacia la divinidad. El texto de Platón reza así: “Ello nos prueba claramente que hay que elevarse de este mundo hacia lo alto lo antes que se pueda. Pero esta huida de que hablamos no es otra cosa que una asimilación a la naturaleza divina (*homoiosis theó*) en cuanto a nosotros nos sea posible; asimilación, sobre todo, si se alcanza la justicia y la santidad con el ejercicio de la inteligencia” (*Obras Completas*, p. 916). Con ello, la dimensión ética propia del encuentro entre el paciente y el médico en general, y del psicoterapeuta y su cliente en particular, así como del subsiguiente proceso de curación, quedó establecida de una vez y para siempre.

La psicoterapia sería, entonces, una mayéutica en el sentido de hacer nacer la verdad en el otro, una verdad tal que permita alcanzar ese equilibrio o sensatez, la *sophrosine*, que sería la condición *sine qua non* de la verdadera salud. Pero, ¿qué significa verdad? No podemos entrar aquí en una discusión filosófica del tema, pero, sí al menos, señalar que durante siglos primó el concepto aristotélico, según el cual la verdad era la adecuación, o mejor dicho, la concordancia del pensamiento y la cosa, hasta que Heidegger (1927) revolucionó la concepción occidental de verdad al rescatar la antigua idea griega de *la verdad como iluminación*. Para ello necesitó solo recurrir a la etimología de *aletheia*, verdad en griego, y que viene de *Lethe*, ocultamiento, y del prefijo de negación “a” vale decir que su significado original es des-ocultar, sacar a la luz; en último término, “dar a luz”.

Y aquí se cierra el círculo: Sócrates, el hijo de la partera, intuyó tempranamente que el arte de su madre era mucho más que ayudar a nacer a un niño. Había algo tremendamente profundo en ese acto, algo que quizás encierre el misterio mismo de la existencia humana. En

primer lugar, el misterio de su condición biológica, tan distinta al resto de los mamíferos, cual es su indefensión. Ningún otro ser en el universo nace tan indefenso como el hombre y, por ende, el fenómeno del nacer y el arte del que ayuda, la *techné maieutiké*, tendrá que ser infinitamente delicada y compleja. Pero al mismo tiempo, esta indefensión obliga a la existencia de un rol materno mucho más potente y prolongado que en el resto del reino animal y luego también a la presencia de un padre (rol que no existe en el resto de las especies), padre que no solo es protector y sustentador, sino que aporta el *logos*, la palabra, condición de posibilidad de la gestación de la identidad y del lenguaje. Sin la palabra del padre, el niño no podría diferenciarse de la madre; más aún, no podría ni siquiera saber dónde termina él y empieza ella. *El niño es la verdad de la madre y el padre la verdad del niño*, al obligar el padre al niño a emprender el camino hacia sí-mismo, camino desde el que nos desviamos tantas veces a lo largo de la vida. Y esos extravíos están a la base de muchas de las llamadas neurosis y, para los griegos, también en el trasfondo de cualquier enfermedad somática. Y por esta razón es que Sócrates le advierte a Cármenes que el fármaco no le hará ningún efecto sobre sus dolores de cabeza si es que antes no le abre su alma, para poder él, Sócrates, con su palabra, su *logos*, ayudarlo a conocer su verdad, vale decir, la mayéutica como psicoterapia y la psicoterapia como mayéutica.

Pero estos extravíos que nos llevan a la angustia y la depresión tienen que ver con otra misteriosa característica del ser humano, cual es su libertad, adquirida gracias al lenguaje, pero relacionada, a su vez, con nuestra condición de seres históricos y políticos. Y ocurre que el mismo Heidegger (1954) volvió a aproximarse más tarde al tema de la verdad, descubriendo, a través de nuevas investigaciones etimológicas tanto en el griego como en el latín y el alemán arcaico, su parentesco con la libertad. Porque la libertad no sería el hacer lo que uno quiere, sino más bien un “dejar-ser” al ente, tanto al otro como a las cosas, en alemán, *sein-lassen*. Pero este dejar-ser no está pensado en el sentido de la indiferencia, del no ocuparse del otro o de no importarle a uno lo que el otro haga o no haga, sino, por el contrario, en el sentido del

verbo *sich-einlassen-auf etwas*, que significa entregarse o comprometerse (con el otro).

Al intentar reflexionar, a propósito de lo que Sócrates entendía por mayéutica, sobre el sentido del tratamiento psicoterapéutico y establecer luego el paralelo entre este y el arte de hacer parir, nos hemos encontrado con las preguntas fundamentales de lo humano: por qué somos como somos, cuáles son nuestras características más esenciales, cuál es el sentido de nuestra existencia. La infinita sabiduría de Sócrates y, por cierto, de su discípulo Platón –quien fue el que escribió estos memorables *Diálogos*, en los cuales Sócrates es el personaje, sin que podamos saber con certeza, cuáles de esos pensamientos eran del maestro y cuáles del discípulo– y el ponernos desprejuiciadamente frente al fenómeno mismo del nacimiento de un ser, nos ha permitido descubrir que el dar a luz es también un abrirse a la iluminación de la verdad y que si logramos que esa luz irradie todo el curso de nuestra existencia podremos quizás estar en condiciones de ejercer la verdadera libertad, que es, como vimos, el dejar-ser al otro comprometiéndose con él.

REFERENCIAS

1. Jaeger W. (1957) *Paideia: Los ideales de la cultura griega*. México-Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica
2. Heidegger M. (1963) *Sein und Zeit*. Tübingen: Max Niemeyer Verlag
3. Heidegger M. (1997) *Ser y Tiempo*. Santiago: Editorial Universitaria
4. Heidegger M. (1961) “Vom Wesen der Wahrheit”. Frankfurt a. M.: Vittorio Klostermann
5. Laín Entralgo P. (1958) La curación por la palabra. Madrid: Revista de Occidente, p. 46; p. 176
6. Platón. (1985) “Cármenes”. En: *Diálogos I*. Madrid: Editorial Gredos, pp. 326-374
7. Platón. (1986) “El Banquete (Symposium)”. En: *Diálogos III*. Madrid: Editorial Gredos, p. 247
8. Platón. (1979) “La República”. En: *Obras Completas*. Madrid: Aguilar, pp. 653-844
9. Platón. (1979) “Las Leyes”. En: *Obras Completas*. Madrid: Aguilar, pp. 1265-1516
10. Platón. (1987) “Menón”. En: *Diálogos II*. Madrid: Editorial Gredos, p. 330
11. Platón. (1979) “Teeteto”. En: *Obras Completas*. Madrid: Aguilar, p. 916
12. Sartre JP. (1966) *El ser y la nada*. Buenos Aires: Editorial Losada, S. A.