

## DE GENDLIN Y SU ARTÍCULO “CRÍTICA POLÍTICA DEL DARSE CUENTA”

Emilio Isaza Velásquez<sup>1</sup>

El aporte de Eugene T. Gendlin a la psicología tiene carga científica y filosófica en su rigurosidad y organicidad epistemológica. Gendlin aporta una sólida base filosófica a los descubrimientos surgidos en el ámbito psicológico de la llamada “tercera fuerza” o psicología humanista, cuyas bases se hallan en el existencialismo y la fenomenología como actitud y método frente a la realidad. Ha hecho aportes técnicos como el Focusing –que consiste en enfocar o dirigir la atención al cuerpo y hallar sentido en las sensaciones que se experimentan frente a situaciones específicas de la vida-; aportes científicos –investigaciones en busca de precisar los factores necesarios para el cambio terapéutico; aportes diagnósticos como la escala experiencial, útil para evaluar con precisión el grado de interacción y contacto que tienen las personas consigo mismas y cuya medida es directamente proporcional a las capacidades de cambio terapéutico. Pero, sin duda, su mayor aporte abarca todos los anteriores y conecta su profesión, la filosofía, con sus hallazgos en investigación y terapia: Gendlin se propuso conceptualizar su teoría del cambio terapéutico, aportando una base filosófica y epistemológica actual y específica a la psicología fenomenológica y existencial, enriqueciendo tanto a la psicología como a la filosofía, a través de la constante interacción entre la experiencia y el concepto.

---

<sup>1</sup> Psicólogo, Universidad de Antioquia

Crítica política del “darse cuenta”, presenta un diálogo crítico con el psicoanálisis y la teoría política de Adorno, Horkheimer y Marcuse en tanto que ambas partes critican la corriente del “darse cuenta” (awareness) reduciéndola a la categoría de narcisismo, considerándola un retroceso hacia la experiencia previa a la socialización, preedípica, anterior al yo. Este ensayo en cuatro partes polemiza con la teoría psicoanalítica y con la ciencia política, así como con casi todas las lecturas de la modernidad que dividen la realidad en dos mundos, uno “exterior” y otro “interior”, de los cuales, el interior es desordenado, caótico y primitivo, razones por las que debe ser ordenado por las formas sociales y el lenguaje, impuestos desde el mundo exterior.

Gendlin procede de manera ordenada, de lo teórico a lo propositivo, pasando por el análisis y el contraste entre la teoría y la experiencia. La primera parte discute los aspectos teóricos considerados erróneos: la subordinación de lo individual bajo lo social, el error de negar el orden interno del individuo; la incongruencia entre la experiencia actual y las implicaciones de la teoría, así como la contrariedad que resulta al buscar mayor apertura de la conciencia y, simultáneamente, tenerle miedo, ya que ello implicaría desatar todo ese caos. La segunda parte muestra la sensación de irrealidad que acompaña separar la realidad en “externa” e “interna”, encontrando una transición entre las formas sociales expresadas como saludables por la teoría freudiana y lo que él mismo plantea, dejar de considerar real esta separación. Sus palabras nos muestran esta transición: “La mayoría de la gente (...) siente su vida interna como ‘demasiado’ complicada, demasiado emocional, demasiado exigente, demasiado dependiente... La palabra ‘demasiado’ implica que tal experiencia no es una aprehensión de la realidad. Es meramente interna... Ya no tenemos aquel viejo yo que podía alejar tales experiencias. Pero retenemos su denigración en una división

externo/interno: la ‘realidad’ es externa (exterior a nosotros), es ‘real’ sin nosotros. Ahora vemos que la ‘realidad’ social del viejo yo era demasiado artificial.” (Gendlin, 1997 p. 268). Pero no es esta transición lo único que nos presentan sus palabras, también su propuesta: “Dejemos de decir que nos estamos liberando a nosotros mismos ‘internamente’... No nos hemos liberado a nosotros mismos ‘sólo internamente’. Eso habría significado dejar de vivir, amar y trabajar con otros.”

En esta parte de su ensayo, Gendlin plantea una manera distinta de mirar la creación de nuevas formas: además de ver el retroceso a lo infantil y primitivo, ver también la posibilidad de “una textura más compleja de la realidad experienciada”, una complejidad de la que pueden surgir nuevos patrones, a través de la comunicación con otras personas permitiéndoles participar con sus complejidades.

Discute la crítica narcisística procedente del frente político; presenta cómo Marcuse –quien considera al narcisismo como la única salida- está bajo el mismo error teórico ya discutido; considerando que la sociedad puede cambiar sólo a partir de las formas externas no es posible una liberación genuina, que comprenda lo interno. Esta imposibilidad genera una contradicción y una disyuntiva: rechazar las viejas formas y, en contraste, oponerse también, al rechazo a las viejas formas. La disyuntiva puede expresarse en los siguientes términos: identificarse con las viejas formas, ser un yo ordenado y fuerte o ensalzar el egoísmo y el desorden, lo caótico y primitivo como algo preferible a la dominación en el sistema del control social; en otras palabras: ajustarse a las normas externas hasta que cambien o permitirse la extravagancia del narcisismo.

La discusión que plantea Gendlin desmonta, pues, el dualismo y la soberanía de lo social, llegando a afirmar que si fuera correcta la teoría de que el cambio social sólo puede ocurrir de afuera hacia adentro, de arriba abajo, desde una estructura social

cambiada hacia el cambio individual, el cambio social nunca sería liberador... Pero no es un planteamiento carente de bases: para apoyar sus críticas, muestra cómo suceden los cambios en el proceso de Focusing, donde se llega a una “textura corporalmente sentida... más intrincada que los viejos conceptos y formas”, a una “mayor complejidad... para compensar lo que parecía ser inherentemente inmodificable...”

La tercera y cuarta partes marcan una diferencia cualitativa. Argumentan en pro de la posibilidad de cambio desde el organismo, teniendo en cuenta su organización y complejidad. Plantean cómo, en vez de una subordinación de lo orgánico bajo lo social, lo que existe es una interacción cuyos cambios pueden llevar a una mayor complejidad, liberación y autenticidad.

Su intento de “mostrar cómo un contexto político permite pasos privados liberadores más allá de los límites usuales” es atractivo; pero, en aquel lector que busca encontrar un terreno ya sembrado, puede producir una sensación de sed, de incompletud. Sin embargo, si lo que se busca es una nueva manera de mirar hacia el cambio, genera una sensación placentera semejante al grito de Arquímedes. Logra mostrar las relaciones entre los cambios individuales y sociales, entre un contexto político y un cambio privado, tomando como base la observación del hombre como un ser social y presentando como ejemplo de estas relaciones a los movimientos de la gente de color, las mujeres y los gays, quienes ya tienen un contexto político. Además de esto, con base en sus descubrimientos y observaciones relacionados con cambios privados y grupales, presenta la posibilidad de cambiar las formas sociales, viviendo, amando, trabajando con otros, tanto para descubrir la manera en que cada quien se limita a sí mismo –identificando las viejas formas- como para hallarse dentro de un contexto político que apoya y protege del daño, que da energía y humor. “Las formas nuevas no

surgen espontáneamente, son aumentos de las viejas formas. Vienen de sentir libremente las viejas formas y cómo éstas ya no se ajustan. Evitarlas por temor al dolor es casi como respetarlas...”

### **Referencias bibliográficas**

Alemany, C. (1997). *Psicoterapia Experiencial y Focusing La aportación de E. T.*

Gendlin., Presentación., Desclée de Brouwer, s.a., Bilbao.

Gendlin, E., (1997). Crítica política del “darse cuenta”. En: Alemany, Carlos.

*Psicoterapia Experiencial y Focusing La aportación de E. T. Gendlin.* Desclée de Brouwer, s.a., Bilbao.

\_\_\_\_\_ Prefacio. (1997) En: *Psicoterapia Experiencial y Focusing La aportación de*

*E. T. Gendlin., Desclée de Brouwer, s.a., Bilbao.*

\_\_\_\_\_ (1997) Crítica filosófica del concepto de narcisismo: la relevancia del

movimiento del “darse cuenta”. En: Alemany, Carlos. *Psicoterapia Experiencial y Focusing La aportación de E. T. Gendlin.* Desclée de Brouwer, s.a., Bilbao.