

Fenomenología y psicología fenomenológica

Juan Elías Campos García,
José Manuel Bezanilla Sánchez Hidalgo,
Oscar Pérez Corona, José Manuel Cárdenas Delgado,
y José Arturo Martínez Villarreal

Resumen

Todo conocimiento es una construcción que realiza el sujeto según la época en la que vive. Esta forma de vida establece lo que puede observar y lo que puede decir de lo observado, por tanto, todo conocimiento es mediado por una manera de pensar la realidad expresada en una práctica cotidiana dentro de un grupo o comunidad. Este artículo muestra los compromisos epistémicos que la propuesta explicativa y de intervención de la

Abstracts

All knowledge is a construction made by the subject according to the season in which he lives. This way of life states what can be observed and what can be said of the observed, therefore, all knowledge is mediated by a way of thinking about reality expressed in a daily practice within a group or community. This article presents the epistemic commitments that the explanatory and intervention approach of the client-centered

Círculo de Investigación en Psicología. Seminario de Actualización "Epistemología de la Psicología. Universidad del Valle de México. Campus Hispano.

JUAN ELÍAS CAMPOS GARCÍA. Docente-Investigador de Tiempo Completo UVM Hispano. Miembro del Proyecto Cuerpo FES Iztacala. Contacto. [espacios_inhabitados@yahoo.com.mx]

JOSÉ MANUEL BEZANILLA SÁNCHEZ HIDALGO. Docente-Investigador de Tiempo Completo UVM Hispano. Director de PEI A.C.

OSCAR PÉREZ CORONA y JOSÉ MANUEL CÁRDENAS DELGADO. Docentes de Asignatura UVM Hispano.

JOSÉ ARTURO MARTÍNEZ VILLARREAL. Director Académico de Preparatoria de la UVM Hispano, y Líder de Investigación del Campus.

Revista Intercontinental de Psicología y Educación, vol. 14, núm. 2, julio-diciembre 2012, pp. 11-31.

Fecha de recepción: 5 de julio de 2010 | Fecha de aceptación: 28 de junio de 2011

psicoterapia centrada en el cliente de Rogers asume desde la fenomenología de Husserl, para aclarar los malos entendidos que descontextualizan esta teoría psicológica, y discutir los alcances y limitaciones en el tratamiento de los problemas emocionales y psicológicos de nuestra actualidad.

PALABRAS CLAVE

palabras claves: conciencia, vivencia, tiempo vivido, *self*, experimentar, acto empático.

therapy of Rogers takes from Husserl's phenomenology to clarify misunderstandings which decontextualize this psychological theory and to discuss the scope and limitations in the treatment of emotional and psychological problems of our day.

KEYWORDS

awareness, experience, time spent, self, experiencing, empathetic act.

La formación de los futuros psicólogos es una cuestión que debemos discutir en nuestros días. El problema que nosotros vemos constituye un desfase entre los tiempos de la formación profesional dentro del aula y los sucesos psicológicos fuera de ella;¹ los discursos teóricos y las propuestas de intervención han puesto argumentos viejos en bocas jóvenes que plasman una realidad psicológica, la cual no incorpora los matices de lo actual.² Las propuestas para abordar esta cuestión pueden ser diversas; podemos hablar desde un rediseño curricular hasta una redefinición de la psicología (López, 2007 y 2008); nosotros aportamos otra arista a la discusión. Creemos que el conocimiento psicológico puede entenderse como una práctica social fruto de una época y geografía específicas constituidas por acciones, lenguajes, normas, ritos, etcétera, que un grupo de investigación o comunidad psicológica elabora para dar cuenta de los sucesos en la medida de su noción de la realidad y de lo

¹ Para nadie es ajeno que se ha vertido demasiada tinta para tratar el tema de la crisis del modelo de conocimiento y la forma de vida que estructuran las sociedades contemporáneas. Desde Kuhn (1971), pasando por Prigogine (1991) y Capra (2003), hasta llegar a Bauman (2003), se hace necesario un cambio de rumbo en las maneras de entender la vida, la existencia y convivencia humana.

² La escena se complica más si realizamos un análisis del modelo de competencias, que permea la formación de los futuros profesionistas. La capacidad técnica es eficaz sólo si las exigencias pueden encuadrarse en el manual de procedimientos; fuera de eso la falta de innovación y propuestas en los diversos campos del saber es evidente.

humano; estamos diciendo que nociones derivadas de corrientes de pensamiento sirven de justificación y dan sentido a la construcción teórica, metodológica y práctica de una disciplina académica o área de ejercicio profesional (Campos, Rodríguez, Cárdenas, Corona y Martínez, 2012).

En este sentido, se han realizado trabajos para emprender un estudio epistemológico de la psicología; Corres (cit. por Medina, 1989) muestra el paralelismo entre corrientes de pensamiento y teorías psicológicas y, en obras posteriores, aborda las contribuciones de los planteamientos filosóficos como marcos referenciales epistemológicos que delinear la constitución de los diversos objetos de estudio psicológicos (Corres, 1997, 2000); por su parte, Lara (2005, 2007, 2008) apuesta por un análisis metapsicológico de las teorías y su puesta en práctica mediante la historia, la sociología y la filosofía. A diferencia de estos trabajos, nuestra aproximación plantea que una manera de pensar sirve como presupuesto epistémico que justifica la producción de conocimiento en las distintas disciplinas psicológicas; de ahí que ubiquemos el pensamiento de la época que permitió el surgimiento de tal teoría psicológica y después de velemos su vinculación, no como mera coincidencia, sino como fruto del planteamiento filosófico y epistemológico de su tiempo y espacio.

Desde esta premisa, nuestro ensayo realiza una reflexión que busca cómo las nociones fenomenológicas de la conciencia, en Husserl, y empatía, en Stein,³ aportan el marco de referencia epistemológico donde la psicología fenomenológica, en Roger y Glendin, adquiere sentido. Hay estudios que abordan los aportes que la fenomenología y el existencialismo realizaron en la psicología fenomenológica (Treviño, 2007) y, en especial, en la psicoterapia centrada en el cliente (Pezzano de Vengoechea, 2001; Duque, 2001). Los dos últimos autores piensan que las distintas fenomenologías pueden tomarse como un marco epistemológico común, sin notar que hay una diferencia importante entre los planteamientos de Husserl,

³ Por el momento, no se hará referencia a la fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty, en particular, al desarrollo fenomenológico de las nociones de cuerpo vivido y cuerpo objeto que enunciará Husserl, pues creemos que éstas son desarrolladas dentro de la propuesta de la psicología gestáltica, reflexión de un trabajo posterior.

Merleau-Ponty y, por supuesto, Heidegger. A partir de esto, afirman que Rogers es un psicólogo existencial dada su noción de persona como un ser cambiante y en crecimiento, así como su exhortación a que el proceso psicoterapéutico sea un encuentro humano. Nosotros creemos que, a pesar de cualquier enunciación y convicción rogeriana en cuanto a la posibilidad del cliente para desarrollar sus potencialidades, no lo hace un psicólogo existencialista, porque Rogers ve esa posibilidad a partir de la reestructuración fenomenológica que realiza el *self*. Esto es, la experiencia sólo tiene sentido si puede ser parte de la corriente de vivencias, y este proceso únicamente puede darse mediante la actividad intencional de la conciencia, palabras cuyo sentido fenomenológico encontramos en Husserl. En otras palabras, la actividad intencional que Husserl da a la conciencia encuentra eco, o podemos decir que se prolonga, en la actividad que el *self* realiza al configurar el marco vivencial desde donde el cliente otorga significado a lo que siente y experimenta.

Para mostrar esto, hemos dividido este artículo en tres secciones. En la primera, presentamos la descripción fenomenológica de la conciencia como corriente de vivencias y su intencionalidad como premisas que permiten derivar los conceptos de *self* y campo fenomenológico, nociones fundamentales en la elaboración explicativa rogeriana. En la segunda sección, discutimos la noción de tiempo vivido en la conciencia para entender la reestructuración fenomenológica de la vivencia durante el *focusing* en Glendin. En la tercera sección, mencionamos la noción de empatía que discute Stein para clarificar de qué nos habla Rogers cuando postula “la hipótesis fundamental” de la psicoterapia centrada en el cliente. Por último, presentamos las conclusiones, en las cuales enunciamos los alcances interpretativos de la psicología fenomenológica para la comprensión de la realidad psicológica que estamos viviendo en la actualidad.

Conciencia: la raíz fenomenológica del *self*

Cuando nos dirigimos al mundo, adoptamos un realismo ingenuo al creer que los hechos se nos aparecen en la conciencia con un contenido objetivo.

Se dice que éste es extramental, dando por sentado que el objeto existe tal como se nos aparece: lo representado es una huella que se imprime en la conciencia. Si adoptamos esta “actitud natural” al estudiar los fenómenos naturales y psíquicos, corremos el riesgo de quedarnos sólo con el contenido de la representación como si fuésemos meros receptores de sensaciones, sin advertir que todo objeto es dado para una conciencia y sin ella no puede haber objeto.

La conciencia co-constituye sus objetos, tiene una actividad intencional que decanta el contenido representacional del mundo, los objetos se nos aparecen como fenómenos dados para la conciencia. Entender tal estructura eidética es tarea de la fenomenología como ciencia de esencias. A decir de Husserl (1949), una ciencia “que quiere llegar exclusivamente a conocimientos ‘esenciales’ y no fijar en absoluto a los ‘hechos’”. La fenomenología no describe hechos en el mundo ni siquiera objetos representados en la conciencia, sino la esencia de los actos de conciencia que no se muestran al estar inmerso dentro de nuestro mundo circundante.

Yo encuentro constantemente ahí delante, como algo que me hace frente, la realidad espacial y temporal una, a que pertenezco yo mismo, como todos los demás hombres con quienes cabe encontrarse en ella, y a ella están referidos de igual modo. La “realidad” la encuentro en lo que quiere decir la palabra como estando ahí adelante y la tomo tal como se me da, también como estando ahí. Ningún dudar de datos del mundo natural, ni ningún rechazarlos, altera en nada la tesis general de la actitud natural (Husserl, 1949).

La actitud natural da por sentado que el mundo está ahí delante, en el trato cotidiano con los otros y con los objetos que me son dados en la experiencia; lo dado se aparece como incuestionable y común, es lo real. Husserl pondrá entre “paréntesis el mundo” para emprender su investigación fenomenológica, lo cual no es negar la existencia del mundo, sino suspender todo prejuicio y conocimiento teórico sobre lo que está ahí delante, trátase de un hecho o contenido ficticio. Lo que se busca es develar la intencionalidad de la conciencia como dotadora de sentido.

Al respecto, Husserl habla de actos intencionales o modos de conciencia que representan objetos de distinta manera, es decir, el objeto intencional no tiene el mismo contenido representacional en el modo de la percepción, el juicio o la imaginación, pues se trata de una vivencia del objeto que depende de cómo la conciencia se dirija hacia el objeto. Entonces, no importa si tal representación tiene un correlato extramental, “nada cambia desde el punto de vista fenomenológico. Lo dado es para la conciencia exactamente igual, exista el objeto representado, o sea fingido e incluso contrasentido” (Husserl, 1967).

Por ejemplo, si imaginamos una sirena, podemos afirmar que el objeto representado es falso, pero no dudamos de que la conciencia esté teniendo una vivencia; la conciencia es conciencia de algo en el modo del imaginar y del juzgar, y eso no cambia si el objeto existe o no, en tanto vivencia intencional; esto constituye un dato fenomenológico relevante. La conciencia vivencia sus objetos y los enlaza en una corriente continua de vivencias que forman una unidad. Dice Husserl (1967):

El yo no es para nosotros nada más que la “unidad de la conciencia”, el respectivo “haz” de las vivencias, o dicho de un modo real empírico y más natural, la unidad continua, real, que se constituye intencionalmente en la unidad de conciencia, como sujeto personal de las vivencias, como el yo que tiene en ellas sus “estados psíquicos”, que lleva a cabo la correspondiente intención, la correspondiente percepción, juicio, etcétera.

Imaginemos un cubo. Si se nos pide que describamos lo que se nos aparece en la conciencia, quizá digamos que vemos una figura geométrica de seis lados. Pongamos entre paréntesis esta definición y analicemos desde una actitud fenomenológica. El análisis fenomenológico nos muestra que sólo tenemos acceso a una cara del cubo, mientras las otras nos son vedadas. Así, la descripción remite a un continuo de percepciones de las diversas caras del cubo que nos muestran lo que se nos aparece en un momento dado. Este flujo incesante no es una cadena de caras cuadradas

que se presentan como separadas en la conciencia, sino entrelazada unas con otras, y juntas forman lo que denominamos conciencia de un cubo.

La vivencia intencional del cubo se constituye por medio de síntesis,⁴ una actividad intencional de la conciencia que consiste en integrar el flujo de percepciones de cada una de las caras del cubo. Si no se hiciese, a lo mucho tendríamos una secuencia de cuadrados, lo cual no nos da el cubo. Al percibir una cara, la conciencia sintetiza las diversas percepciones en una sola para que un objeto nos sea dado. Así, podemos afirmar que un cubo tiene seis caras cuadradas, aunque al percibirlo sólo tengamos acceso a una de ellas. Justo esto nos interesa en Husserl: el contenido de un objeto en la conciencia es la vivencia de ese objeto; de ahí que, en tanto actos intencionales, objeto y vivencia sean la misma cosa.

Vivir los procesos externos quiere decir tener ciertos actos de percibir, de saber (como quiera que se determinen), etc., dirigidos a esos procesos. Este tener ofrece a su vez un ejemplo del vivir en sentido fenomenológico [...] Este tener no dice sino que ciertos contenidos son componentes de una unidad de conciencia, en la corriente fenomenológica unitaria de la conciencia, de un yo empírico. Este yo es un todo real, que se compone realmente de múltiples partes, y cada una de estas partes se llama “vivida”. En este sentido, lo *que* vive el yo o la conciencia es justamente su vivencia. No hay ninguna diferencia entre el contenido vivido o consciente y la vivencia misma (Husserl, 1967).

Desde la fenomenología, ser consciente de un objeto no es tener un contenido mental, sino tener un acto dirigido hacia ese objeto y, en cada acto de conciencia, la vivencia que se tiene del objeto cambia, no es la misma. Por ejemplo, la vivencia de una rosa difiere si la percibo, si la imagino, si la recuerdo y si la juzgo; no sólo eso, la rosa percibida no es la rosa imaginada ni la rosa recordada es la rosa juzgada. Así, en los actos intencionales, no hay diferencia entre el contenido vivido, la rosa imaginada,

⁴ A decir de Gibu (2004): “La ‘constitución’ está ligada al acto de síntesis por el cual la conciencia se representa un objeto a partir de un conjunto de datos diversos”.

juzgada, percibida, y la vivencia misma, imaginar, juzgar, percibir la rosa, puesto que ser consciente es tener conciencia de algo: el objeto representado se constituye desde el acto de representar; si no fuese así, no habría representación alguna.

Veo una cosa; por ejemplo, esta caja; pero no veo mis sensaciones. Veo siempre esta caja, una y la misma, como quiera que se la vea y ponga. Tengo siempre el *mismo* “contenido de conciencia”, si se me acomoda llamar al *objeto* percibido contenido de conciencia. Tengo, en cambio, un *nuevo* contenido de conciencia a cada movimiento, si llamo así a los contenidos vividos, en un sentido mucho más justo. Son vividos, pues contenidos muy diversos, y es percibido, sin embargo, el mismo objeto. Luego el contenido vivido, para hablar en general, no es el objeto percibido (Husserl, 1967).

La conciencia no es un ego que presencia distante los objetos externos que se le aparecen, sino que los vive desde sus diversos modos de darse; contenido y acto, objeto y modo de conciencia, son parte de una corriente de vivencias a las que Husserl llama “yo empírico”, el cual constituye la concatenación de vivencias que, mediante su unidad y síntesis, determina la constitución de objetos vivenciales. Esto es lo importante, el dato o hecho no tiene relevancia, sino su modo de aparición en la conciencia. “Este acto no puede ser unívoco dado que existen formas diversas de existencia que implican a su vez síntesis diversas” (Gibu, 2004): un hecho puede tener diversas vivencias intencionales.

En la propuesta rogeriana, esta descripción fenomenológica de la conciencia encuentra eco en la formulación del *self* y el campo fenomenológico. En términos psicoterapéuticos, la vivencia de un individuo no está dada por los hechos que integran su experiencia, sino por la organización y sentido otorgados por el *self*; hay una intencionalidad en el paciente, un modo de dirigirse a su cotidianidad, que media la simbolización de su experiencia. Ello sugiere que experiencia y vivencia pueden ser congruentes o incongruentes. A decir de Rogers, “el individuo tiene una capacidad suficiente

para manejar en forma constructiva todos los aspectos de su vida que potencialmente pueden ser reconocidos en la conciencia” (Rogers, 1981).

El mundo vivido se constituye por vivencias que enmarcan el campo fenomenológico del cliente. Dentro de esta corriente vivencial, emerge el *self*, estructura fenomenológica que vive las vivencias. Hay una intencionalidad en el cliente; al dirigirse hacia sus objetos, el *self* puede dejar fuera datos “irrelevantes” que literalmente desaparecen de la conciencia sin vivirse. Podemos decir que el trabajo psicoterapéutico no se encamina hacia el análisis de las vivencias, sino cómo el *self* las vive. Se busca una reestructuración del *self* y un reordenamiento del campo fenomenológico del cliente; de ahí el papel del consejero como su acompañante, que lo guía hacia el descubrimiento de su *self* y la organización de su campo fenoménico que, hasta ese momento, ha dotado de significado-sentido su mundo vivido. Estamos hablando de un movimiento fenomenológico en la perspectiva vivencial del cliente que permite una apertura en su conciencia para aceptar las experiencias que han sido negadas o distorsionadas.

Siguiendo a Rogers (1954), en la medida en que el cliente deje que estas experiencias entren en su conciencia, la imagen de sí mismo (*self*) va adquiriendo y descubriendo nuevas facetas. Esto es posible sólo “cuando el concepto de sí mismo ha sido revisado lo suficiente como para poder aceptarlas [...] El cambio del sí mismo precede, en vez de seguir, a la recuperación del material negado o reprimido” (Rogers, 1981). El problema psicoterapéutico no se soluciona trabajando con las experiencias, pues no son quienes configuran las vivencias del cliente, sino que sucede todo lo contrario, el *self* acepta dentro de su campo fenomenológico aquellas experiencias congruentes con él y rechaza aquellas que no lo son. El mundo vivido en la conciencia del cliente no adquiere sentido por las experiencias que haya tenido, sino por medio de las vivencias que el *self* constituye dentro del campo fenomenológico al vivirlas.

El concepto de sí mismo, o la estructura del sí mismo, puede considerarse como una configuración organizada de percepciones del sí mismo, admisible para la conciencia. Está integrado por elementos tales

como las percepciones de las propias características y capacidades; los preceptos y conceptos de sí mismo en relación con los demás y el ambiente; las cualidades valiosas que se perciben y se asocian con experiencias y con objetos; los objetivos e ideales que se perciben con valencias positivas o negativas (Rogers, 1981).

La naturaleza del *self* es fenomenológica. Se trata de un yo estructurado que, a partir de un acto intencional, se dirige hacia sí mismo, dándose cuenta de su vivenciar. Este movimiento le permite diferenciar que su percibir, valorar y sentir es una acción que no está en ninguna de sus experiencias; el significado de una vivencia es un acto de consciencia constituido por el *self*, que puede “separar y convertir en figura cualquier elemento perceptual significativo que hasta entonces no había sido reconocido” (Rogers, 1981). En este sentido, el cliente comete un error fenomenológico; al percibir que sus vivencias son hechos dados, no se da cuenta de que está dirigiéndose al mundo desde su *self*; podemos decir que se encuentra en una actitud natural.

Entonces, el proceso psicoterapéutico comienza con una *epojé* psicoterapéutica donde el cliente “pone entre paréntesis” sus experiencias, las observa y reconoce que ningún significado puede derivarse desde ellas, sino que el problema radica en el modo de vivenciar, dándose cuenta de que ha tomado sus vivencias como hechos. De ahí, la premisa rogeriana de la reestructuración del *self* y reorganización del campo fenomenológico del cliente, al pasar de la rigidez hacia la flexibilidad del *self* para aceptar aquellas experiencias que son incongruentes con él, por ejemplo, “la madre que percibe a su hijo como malo, en la terapia llega a percibir que no es un aspecto dado y fijo de la situación, sino un elemento perceptual flexible, manipulable, modificable” (Rogers, 1981). En estos términos, la experiencia no cambia, sino que forma parte de una nueva vivencia y adquiere otro significado-sentido.

Clínicamente parece claro que hay un movimiento *desde los síntomas hacia el sí-mismo*. La exploración del cliente gira primero alrededor de los diferentes aspectos del problema, pero gradualmente el inte-

rés se desplaza cada vez más hacia el sí-mismo [...] No sólo hay un movimiento desde los síntomas, sino también desde el ambiente y los otros hacia el sí-mismo. Es decir, el cliente maneja verbalmente su situación, dedicando una parte considerable de su tiempo a la consideración tanto de elementos impersonales como a los suyos propios. Pero gradualmente se explora a sí mismo hasta el punto de excluir casi lo impersonal (Rogers, 1981).

Podemos decir que el cliente, guiado por su consejero, deja de centrarse en los hechos de manera gradual, moviéndose desde sus síntomas hacia su actividad intencional que colorea el mundo; se da cuenta que su problema es la construcción subjetiva de lo que sucede como una incapacidad de simbolizar de forma adecuada sus experiencias. En otras palabras, el cliente descubre que sus vivencias se constituyen por modos de conciencia intencional que se dirige hacia los otros y los objetos: percepciones, evaluaciones, y sentimientos. Ésta es la clave del proceso psicoterapéutico en Rogers; al centrarse en el *self*, el cliente puede descubrir cómo se constituyen los significados-sentidos dentro de su campo fenomenológico.

Tiempo vivido en la conciencia y *focusing*

El análisis fenomenológico nos muestra actos intencionales del yo empírico que nos dan distintas vivencias, según los diversos modos de conciencia, pero aún queda una propiedad esencial de estos actos; ellos son vividos en un horizonte temporal, pues “toda vivencia tiene un horizonte de tiempo lleno e infinito por todos lados: toda vivencia pertenece a una ‘corriente de vivencias’ infinitas, una corriente de conciencia que no puede empezar ni finalizar” (Hernández, 2002).

El que un objeto tenga diversos modos de aparecer en la conciencia sólo es posible porque es vivido temporalmente en ella, no como fragmentos de sensaciones que se encadenan unos a otros de manera objetiva, sino vivido dentro de un horizonte de tiempo, inmanente en la conciencia. El objeto es mentado dentro de este horizonte temporal no como lo recordado, lo

esperado o lo representado permanente, sino como vivido en la conciencia. Quizá valga un ejemplo simple: imaginemos a dos personas, x y z , que están leyendo un cuento por más o menos una hora; para x puede parecer tediosa la lectura, mientras que z la disfruta. Aunque es el mismo tiempo objetivo para ambos, en x los minutos tardan horas, como si el tiempo se detuviera, pero para y las horas parecen minutos o incluso segundos, pasan demasiado rápido. “Husserl, en la década de los veinte, dirá que el tiempo subjetivo es vivo, pues como un palpitar, que man-tiene en lo que fue (es decir, lo re-tiene) y pre-tiene lo que será” (Hernández, 2002). Husserl encuentra en este tiempo inmanente el núcleo de los actos intencionales, pues todo darse de un objeto conjuga tres modos de aparición de éste en la conciencia: impresión, retención y protensión.

Hagamos referencia a la descripción fenomenológica de una melodía, realizada por Husserl. La conciencia como corriente de vivencias enuncia la temporalidad del acto intencional; un objeto no aparece en la conciencia como un encadenamiento de sucesos aislados, sino en su aparecer como unidad y síntesis. En el caso de una melodía, ésta se vive desde un horizonte de pasado y un horizonte de futuro que se despliega en el presente, adquiriendo sentido dentro del horizonte temporal de la conciencia.

Cada nota se oye dentro de un marco de las notas previas (anticipadas). Esto es, las notas previas son todavía presente al conocimiento cuando se escucha la nota actual, de otra manera no sería esta nota con esta calidad musical en esta tonada. Si se oye cada nota aisladamente desde las otras notas de una melodía, no se podría experimentar una melodía (el objeto). Así, el conocimiento fuera puntual (atómico), actual, en cada nota habría una vida propia y no constituir o ser parte de una melodía. Sólo se puede oír una melodía si las notas previas de algún modo permanecen presentes mientras se escucha la nota actual. Este restante-presente es lo que Husserl llama retención. Similarmente la nota puede sólo estar advertida en su calidad melódica si alguna futura sucesión de notas es por lo menos vagamente anticipada en la protensión (Hernández, 2002).

Escuchar una melodía no es la suma de las notas por separado en una secuencia lineal; la melodía aparece en la conciencia continuamente, cada nota se re-tiene, no como una reproducción, sino que es man-tenida, resonando y conjugándose con la nota actual, y en ésta a su vez, se ante-ponen las notas siguientes, lo que enlaza la continuidad de la melodía dentro de un horizonte temporal tridimensional: pasado, presente y futuro. Otro ejemplo, al observar una obra de arte tenemos sensaciones continuas de cada color en un momento dado, pero la suma de estas sensaciones no constituye la pintura, es más, ni siquiera podríamos decir que se nos ha dado un objeto en la conciencia, pues lo único que tendríamos es una rapsodia de colores.

La vivencia de los objetos en la conciencia es una vivencia del ahora; se da “siempre en el límite de una serie retencional, un borde de linde. No se podría tener un ahora sin la retención y protensión, ni viceversa” (Hernández, 2002). El recuerdo de una flor hoy o mañana puede parecer que es el mismo, aunque fenomenológicamente cada vivencia como modo de recuerdo es distinta. Si la conciencia siempre accede a su objeto en un ahora, lo recordado no es una vivencia pasada. En sentido estricto nunca recordamos el objeto, lo recordado es una vivencia presente: ahora estoy recordando la flor en la conciencia.

Lo anterior es importante para entender el trabajo de *focusing* en la psicoterapia fenomenológica, pues el cliente, al centrarse en la vivencia, no recuerda las experiencias y emociones del pasado, sino que las vive dentro de su campo fenomenológico actual. Podemos decir que el consejero está más interesado por el significado-sentido de la vivencia del *self* aquí y ahora. Veamos. El *focusing* busca desenredar la complejidad de significados vivenciales que se expresan, en lo que Gendlin denomina sensación sentida; al respecto, escribe: “Cuando una sensación sentida cambia y se abre, pueden producirse emociones junto con los pensamientos, percepciones, recuerdos o algún aspecto global del problema [...] En la sensación sentida las emociones no están separadas de otros aspectos de la experiencia tales como el pensamiento, la observación, los recuerdos, los deseos, etc. Estos contenidos se van separando a medida que surge la sensación sentida” (Gendlin, 1999).

La sensación sentida está conformada por elementos experienciales cuyo significado-sentido aparece como una totalidad de la situación vivida en la conciencia. Fuera de este marco fenomenológico, las emociones, pensamientos, percepciones, deseos, etcétera, carecen de significado para el cliente, es decir, estos elementos experienciales “surgen como tales sólo si se lleva adelante la sensación *sentida*, viviéndolos, hablando de ellos, en la interacción” (Gendlin, 1999). Los objetos de experiencia carecen de significado si están fuera del campo fenomenológico del cliente. Literalmente no son vividos, pero no dejan de angustiar al *self*; de ahí la necesidad de simbolizar de forma adecuada. “El ser humano maneja gran parte de su experiencia mediante los símbolos con ella vinculados. Estos símbolos los capacitan para manipular elementos de su experiencia en sus mutuas relaciones, para proyectarse en nuevas situaciones, para hacer numerosas predicciones acerca de su mundo fenoménico” (Rogers, 1981).

La vivencia para Rogers es una simbolización, porque la conciencia constituye sus objetos; al vivirlos, les otorga significado. En esta medida, expresan algo, pues la mera sensación, parafraseando a Kant, es ciega; la vivencia es “la sensación física de algo con significado [...] Es la sensación de la globalidad de una situación, de un problema o preocupación o quizás de lo que se quiere señalar” (Gendlin, 1999). Por ejemplo, si el cliente recuerda un atardecer en verano, los colores, los sonidos y todas las sensaciones que las acompañan, no contempla ese hecho pasado a distancia; si el recuerdo es una vivencia intencional, el *self* del cliente vivencia desde su aquí y ahora su vivencia en aquel tiempo, “tiende a comenzar con algún aspecto pasado y sólo gradualmente enfrenta el hecho más crucial y a menudo desagradable tal y como existe en el presente” (Rogers, 1954 y 1981).

Al realizar el *focusing*, el *self* vive su vivencia y no el contenido como objeto remitido en un punto del tiempo de la corriente de vivencias; al recordar un día de otoño, hace diez años, el objeto es pre-sentado en la conciencia no desde su ahora antiguo, como lo vivió hace diez años, sino que lo vivido desde un ahora nuevo: “el yo, el sujeto del acto de recuerdo, puede echar una mirada retrospectiva sobre la alegría pasada en este acto

de la presentificación, entonces la tiene como objeto intencional, y con ella y en ella tiene su sujeto, el yo del pasado” (Stein, 2004).⁵

Este acto intencional de la conciencia permite verse en un antiguo ahora como objeto intencional; entonces el yo empírico actual se confronta con su yo empírico pasado, reevaluando y reconstituyendo el objeto presentificado en la vivencia actual, aún más, reflexionado sobre el acto intencional pasado, lo que puede abrir otros modos de dirigirse hacia ese contenido, e incluso darle otro sentido dentro de la corriente de vivencias. En otras palabras, este horizonte temporal hace posible aprehender al objeto como vívido, trátase de un contenido real, ficticio o pretérito, pues lo vivido mienta la constitución del objeto en un ahora, o como dirá Stein (2004), lo originario “son todas las vivencias propias presentes como tales —¿qué podría ser más originario si no la vivencia misma?—. El trabajo de *focusing* permite entender cómo una vivencia, aunque no sea real o haya quedado en un tiempo objetivo pasado, puede vivirse como real en la conciencia. Esto tiene dos beneficios psicoterapéuticos: por un lado, devela el significado-sentido que estructura la vivencia y, por el otro, el *self* se valora a sí mismo, volviéndose flexible.

La hipótesis fundamental de la psicoterapia centrada en el cliente y el problema de la empatía

Rogers afirma que parte importante del proceso psicoterapéutico está dado en la relación de acompañamiento entre consejero y cliente, pues justo en ese encuentro, el cliente se da cuenta de que no está solo y es aceptado tal como es, sin prejuicios ni descalificaciones; se trata de un encuentro con el otro donde el cliente no es reducido al síntoma ni el consejero posee toda la verdad. “Una hipótesis es que el cliente avanza de la experiencia de sí mismo como persona indigna, inaceptable, a la sen-

⁵ Vale la pena citar el siguiente fragmento: “El recuerdo de una alegría es originario en cuanto acto de la presentificación que ahora se cumple, pero su contenido —la alegría— es no-originario; tiene el carácter de la alegría, de manera que yo podría estudiarlo en su lugar, pero ella no existe como originario y en propio, sino como habiendo estado viva una vez (donde esta ‘una vez’, el punto temporal de la vivencia pasada, puede estar determinada o no estarlo). La no originariedad de ahora remite a la originariedad de entonces, el entonces tiene el carácter de un antiguo ahora, por tanto, el recuerdo tiene el carácter de posición y lo recordado tiene carácter de ser” (Stein, 2004).

sación de ser aceptado, respetado y amado, en esta relación limitada con el terapeuta. Quizás ‘amado’ tiene aquí su significado más profundo y más general: el ser profundamente comprendido y aceptado” (Rogers, 1981).

La relación cliente-consejero es una co-vivencia, un aparecerse del otro dentro y compartiendo un campo fenomenológico psicoterapéutico; cliente y consejero se muestran poniendo entre paréntesis el síntoma y el diagnóstico, describiendo la situación vivencial de aquel individuo que pide no ser juzgado ni evaluado, sino escuchado y comprendido. En este mostrarse vivencial, el consejero aparece sin máscaras; es otro ser humano sólo un poco más congruente en su vida, y justo esta actitud del consejero asegura lo que se conoce como empatía.

El problema de la empatía es muy complejo, algunos intérpretes suelen decir que consiste en “ponerse en el lugar del otro”, pero esta idea nos da un malentendido al suponer que el consejero se ubica dentro del marco vivencial del cliente. Lo anterior es un error, porque el consejero sólo puede comprender la vivencia del cliente como una vivencia cuyo objeto de experiencia es otra vivencia, la del cliente. Siendo así, la vivencia de éste es un contenido en la conciencia y no una vivencia originaria del consejero. Si el consejero afirmase que vivencia, por ejemplo, una tristeza del cliente, tenemos una confusión fenomenológica, pues el consejero deja de vivenciar la tristeza del cliente y ésta desaparece de su campo fenomenológico, sustituida por la propia tristeza del consejero.

El acto empático no es “ponerse en el lugar del otro”. La empatía como modo intencional de la conciencia se sitúa dentro de un yo que siente lo que le sucede al otro, siendo consciente de que esa vivencia intencional no es propia en cuanto contenido, aunque originaria en cuanto vivencia: vivenciar la tristeza del otro, no su vivirse triste. Aquí se requiere entender la estructura intencional del acto empático. Para ello, debemos recurrir a la descripción fenomenológica de Stein. Esta autora rompe con la fenomenología husserliana cuando afirma que las sensaciones tienen un sentido *per se* no establecido por la intencionalidad de la conciencia. Esto es, la conciencia como acto intencional no constituye el objeto según sus modos de darse. Lo real de la realidad no puede reducirse a una actividad

de la conciencia. “El contenido de la sensación porta en sí una unidad interna y delimitada que revela una consistencia independiente del flujo de la conciencia. Se podría decir incluso que la vida de la conciencia es posible gracias a este material” (Gibu, 2006).

Este movimiento de Stein permite caracterizar el acto de empatía como un acto no originario análogo al acto del recordar, aunque con una diferencia en cuanto a su contenido. Veamos. Lo recordado no es un objeto intencional originario presente en la conciencia, porque no se encuentra dentro de su corriente de vivencias; pero esto no descalifica la vivencia de lo recordado como real. El acto empático comparte esta propiedad intencional, la alegría del otro no se encuentra dentro de la corriente de vivencias del yo; si esto fuese así, el acto empático queda vedado. Lo que está en juego en él es la vida intersubjetiva y la otredad. Si no aseguramos la existencia de contenidos experienciales distintos de aquellos que constituyen la corriente de vivencias del yo, éste se encerraría en su mundo; de ahí la importancia que Stein da a las sensaciones, las cuales nos disponen al encuentro con el otro. Ella dice: “Ahora la empatía, en cuanto presentificación, es una vivencia originaria, una realidad presente. Aquello que presentifica, sin embargo, no es una ‘impresión’ propia, pasada o futura, sino un movimiento vital, presente y originario de otro que no se encuentra en ninguna relación continua con mi vivir y no se le puede hacer coincidir con éste” (Stein citado en Gibu, 2006).

La empatía como acto intencional consiste en sentir al otro, pero sin ser el otro. Nunca se puede estar con el otro desde el otro, sino que se le acompaña. Su sentir puedo sentirlo sin confundirlo conmigo; la empatía no es sentir la alegría del otro desde la nuestra; es decir, al ver la sonrisa del otro, puedo sentir alegría al referirme a un recuerdo o deseo, pudiendo engañarme desde mis actos intencionales y contenidos de conciencia: estoy alegre no por el otro, sino por mí mismo. Seamos un poco más claros: entender el acto de empatía como fusionarse con la experiencia de otro no es un acto originario; ni siquiera podemos decir que sea de empatía, pues estaríamos reduciendo la alegría del otro y, propiamente hablando, no sentiríamos su alegría.

El yo presente y el otro son polos irreductibles de este acto. Ambos se mantienen separados, cada uno con un flujo de vivencias absolutamente propio. El otro en sí mismo es un ser originario y sus vivencias son originarias para él. En este acto puede experimentar el gozo del otro “como si” él lo viviera de esa manera y, así como el recuerdo, puedo ser llevado a experimentar paso a paso el proceso de esa vivencia. Sin embargo, en ningún caso puedo sustituir al otro ni fusionarme con su experiencia. Si no se plantea esta distinción no podríamos explicar ninguna comprensión del otro dado que no sabríamos quién realiza este acto (Gibu, 2006).

En estos términos, la empatía es un acto originario cuyo contenido no se encuentra dentro de la corriente de vivencias del yo empírico que lo realiza, esto es importante porque debe distinguirse qué pertenece al flujo de vivencias del otro y qué pertenece al yo que realiza el acto empático. Según Rogers, la psicoterapia fenomenológica pretende centrarse en el hombre y no en su síntoma. Para realizar esta empresa, se hace necesario un acto empático, pero si lo confundimos como “un ponerse en el lugar del otro”, perdemos la oportunidad de guiar al cliente en su búsqueda por encontrar su identidad y otredad y el consejero quedaría encerrado en un monólogo fenomenológico, pues todo objeto de experiencia sería referido a una sola conciencia: la suya. En este sentido, el encuentro humano que propone Rogers sólo es posible si el consejero percibe que dentro de su corriente de conciencia hay vivencias que tienen como objetos intencionales las de otros, reconociéndolas como distintas y a sabiendas de que no está viviendo lo que el otro vive; gracias a esto puede comprender el proceso de ese vivir al vivirlo. Rogers es consciente de esto:

En términos de la situación terapéutica, creo que esto es como decir al cliente: tengo un verdadero deseo de conocerlo, de experimentar su calidez, su expresividad — para beber tan profundamente como pueda de su experiencia en la relación más estrecha, más desnuda que podamos lograr. No deseo modificarlo a mi imagen: su personalidad real y mi personalidad real son componentes perfectamente compa-

tibles de una relación potencial que trasciende, pero que de ninguna manera violenta nuestras diferentes identidades (Rogers, 1981).

El encuentro vivencial no es “un ponerse en el lugar del otro”, pues se corre el riesgo de ver en el cliente lo que uno es. El consejero sólo puede comprender al otro si entiende que nunca podrá vivenciar las vivencias desde el campo fenomenológico del cliente. Para asegurar la puesta en práctica de la hipótesis fundamental de la psicoterapia centrada en el cliente, el consejero debe tener clara la estructura fenomenológica del acto empático. Evitemos los monólogos psicoterapéuticos.

Conclusiones

La psicoterapia centrada en el cliente puede entenderse como un espacio vivencial donde cliente y consejero se encuentran aquí y ahora, y desde ahí descubren que las experiencias pueden reorganizarse mediante un trabajo fenomenológico. Siguiendo las premisas husserlianas, la psicología fenomenológica se centra en el vivenciar del cliente más que en los objetos de experiencia, pues tales objetos no nos dicen nada, sino que adquieren significado en la medida en que el *self* las simboliza.

En este sentido, la labor fenomenológica rogeriana nos abre la posibilidad de comprender cómo el paciente constituye su mundo de vida, enredándose en significados que no son congruentes con sus experiencias. Éste es un aporte que no podemos ignorar. La representación subjetiva de la existencia es un problema que puede llevar al paciente a crisis emocionales y problemas psicológicos; el problema se presenta cuando algunas experiencias no son aceptadas por la conciencia o, peor aún, no son ni siquiera percibidas por ella. Este error fenomenológico surge por una simbolización inadecuada o por una carencia para simbolizar. En ambos casos, las experiencias del cliente quedan fuera del horizonte de significado desde donde se estructura el sentido de su mundo fenomenológico. En este sentido, la psicoterapia rogeriana no trabaja con la experiencia, sino que busca la reestructuración fenomenológica del *self* y del campo vivencial

del cliente, lo cual sólo es posible si éste, guiado por el consejero, puede diferenciar entre la actividad intencional de su conciencia y los hechos a los que ella se dirige.

Para terminar, más que coincidencias, en la propuesta rogeriana encontramos una mirada psicológica que sólo pudo ser factible gracias a la fenomenología husserliana. El estudio de la conciencia como acto intencional permitió acceder al proceso subjetivo que constituye la realidad. No hay realidad si no hay conciencia que la viva; entonces, la respuesta no está en los objetos de experiencia, sino en la conciencia que dota de significado. A fin de cuentas, el mundo humano no son los hechos, sino un mundo intersubjetivo.

Junto con la psicología fenomenológica, podemos decir que los problemas emocionales y psicológicos de nuestro tiempo son la expresión de una inadecuada o carente simbolización de la realidad tan cambiante en la que vivimos: es demasiada realidad para una conciencia. Una opción para desenredar esta madeja subjetiva es trabajar con la conciencia de quien los vive: crear nuevos significados con lo vivido.

REFERENCIAS

- Campos, J.; Rodríguez, M.; Cárdenas, J.; Corona, O., Martínez y J. (2012). Aproximación epistemológica a la psicología. En prensa.
- Corres, P. (1997). *Alteridad y tiempo en el sujeto y la historia*. México: Fontamara.
- (2001). *La memoria del olvido*. México: Fontamara.
- Duque, J. (2001). Carl Rogers reflexiones teórico-prácticas. *Psicología desde el Caribe*, 7, 118-129.
- Gendlin, E. (1999). *El focusing en psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- Gibu, R. (2004). La empatía como problema de constitución en la obra filosófica de Edith Stein. *La Lámpara de Diógenes*, 5(8 y 9). Puebla: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, 43-56.
- Hernández, W. (2002). Consideraciones sobre el objeto desde la perspectiva de la vivencia intencional en la fenomenología husserliana. *A Parte Rei. Revista de Filosofía*, 19, 1-42. Recuperado de <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/vivencia.pdf>

- Husserl, E. (1967). *Investigaciones lógicas*. Madrid: Revista de Occidente.
- (1949). *Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Lara, J. (2005). *Metapsicología de contextos*. Un nuevo marco metateórico para la psicología, documento inédito, México: UNAM.
- (2007, en prensa). *Metapsicología de contextos*. Un nuevo marco metateórico para la psicología en México, vol. I, México: UNAM.
- (2008). *Metapsicología de contextos: algunas reflexiones filosóficas para la innovación de conceptos en psicología*. En S. López, (coord.) *Reflexiones para la formación del psicólogo*, México: FES Iztacala, UNAM.
- López, S. (2007). *Una mirada incluyente de los psicólogos de Iztacala. Hacia una nueva construcción de la psicología*. México: UNAM, FES Iztacala.
- (2008). *Reflexiones para la formación del psicólogo*. México: UNAM, FES Iztacala.
- Medina, A. (1989). *Psicología y epistemología*. México: Trillas.
- Pezzano de Vengoechea, G. (2001). Rogers. Su pensamiento profesional y su filosofía personal. *Psicología desde el Caribe*, 7, 60-69.
- Rogers, C. (1981). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Barcelona: Paidós.
- (1954). *Psychotherapy and Personality Change: Co-ordinated Research Studies in the Client-Centered Approach*. Chicago: University of Chicago.
- Stein, E. (2004). *Sobre el problema de la empatía*. Madrid: Trotta.
- Treviño, R. (2007). Actualidad de la fenomenología en psicología. *Diversitas. Perspectivas en psicología*, 3 (2). Bogotá: Universidad Santo Tomás, 249-261.