

UN MODELO DEL PROCESO DE LA VIDA

Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

Por **Tomeu Barceló**: profesor, terapeuta, filólogo, filósofo, especialista en dinámica de grupos y relaciones humanas por el *Center for Studies of the Person de la Jolla (California)*, *Certified Focusing Professional (Trainer) Focusing Oriented Psychotherapist* y *Certifying Coordinator* por el *The Focusing Institute of New York*, Coordinador Nacional del *Instituto Español de Focusing*, Director del *Institut de Formació Ramon Serra* (Palma de Mallorca). Consultor Internacional del *Centro de Psicología Humanista de Minas Gerais* (Brasil), miembro del *The Focusing Institute de Nueva York* y de la *World Association for Person-Centered and Experiential Psychotherapy and Counseling*, Secretario de la *Asociación Iberoamericana del Enfoque Centrado en la Persona*. Vicepresidente de la Fundació Esplai de les Illes Balears. Autor de los libros: *Centrar-se en les Persones* (Ed. Pleniluni), *Crecer en Grupo. Una aproximación desde el Enfoque Centrado en la Persona.* (Ed. Desclée) y *Entre Personas. Una mirada cuántica de nuestras relaciones humanas.* (Ed. Desclée); coautor de *Manual Práctico del Focusing de Gendlin* (Ed. Desclée); coautor de *Manual de dinamització d'activitats infantils i juvenils.* (Ed. Olañeta)

Estoy en contra de continuar con la separación entre científicos y filósofos. Siempre ha sido tarea de los filósofos examinar el tipo de conceptos utilizados en la ciencia. Cuando los científicos examinan los tipos básicos de conceptos y métodos están haciendo filosofía. Del mismo modo que una misma persona puede en diferentes momentos comprometerse tanto con la filosofía como con la ciencia, aunque sean actividades diferentes, esta misma persona puede lidiar tanto con modelos consistentes y también con la formación de conceptos, y esto es así tanto en filosofía como en ciencia.

Eugene T. Gendlin
En *A process model*

La vida se desarrolla en gran parte con ambientes que en su proceso ha producido o ha modificado. La continuidad del proceso se desarrolla a través de sus propios productos.

Eugene T. Gendlin
En *A process model*

**UN MODELO DEL PROCESO DE LA VIDA. Una reflexión en torno a
A process model de Eugene T. Gendlin.**

GUIÓN:

1. INTRODUCCIÓN. De la tendencia formativa a la autopropulsión.
2. LA CORPORALIDAD DEL PROCESO DE VIDA. El nuevo concepto de cuerpo de Eugene T. Gendlin.
3. EL MOVIMIENTO DEL PROCESO DE LA VIDA. El implicar y el acontecer.
4. LA TRAYECTORIA DEL PROCESO DE LA VIDA. Una nueva manera de concebir el tiempo.
5. LO QUE OCURRE EXPLÍCITAMENTE EN LA VIDA. El comportamiento.
6. LO ESPECÍFICAMENTE HUMANO. La simbolización de la experiencia.
7. DE LA SIMPLICIDAD DEL SÍMBOLO A LA COMPLEJIDAD DEL LENGUAJE. Un nuevo paso de la autopropulsión.
8. EL REFERENTE DIRECTO. El motor de la autopropulsión humana.
9. CONCLUYENDO.

1. INTRODUCCIÓN. De la tendencia formativa a la autopropulsión.

Eugene T. Gendlin es el promotor, pensador y formador de lo que venimos en llamar **filosofía experiencial** o, como a él mismo gusta decir, **filosofía de lo implícito**. Gendlin, a parte de su experiencia como formador en la Universidad de Chicago, psicoterapeuta, investigador y colaborador de Carl R. Rogers durante más de una década, autor de innumerables libros y artículos y galardonado en varias ocasiones por el desarrollo de su psicología experiencial y el *focusing*; es sobretodo un pensador, uno de los filósofos de la psicología más profundos y prolíficos de la actualidad.

Su pensamiento explora la subjetividad desde lo corporalmente sentido como una matriz de sentimientos y significados que emergen de la propia autenticidad misteriosa y profunda del ser humano.

Su última investigación filosófica ***A process model*** es un compendio inabarcable de filosofía que aborda el proceso de la vida desde la corporalidad que interactúa con el medio ambiente provocando secuencias de comportamiento y creando una complejidad adaptativa y de creación simbólica que posibilita el fluir experiencial de la persona.

Para desentrañar esa complejidad del proceso vital, Gendlin recurre a las nuevas concepciones de la física moderna y reformula algunos conceptos filosóficos otorgándoles nuevas significaciones: tiempo, cultura, lenguaje, cuerpo, evolución... en los que se apoya para repensar el devenir y el acontecer.

En esa profunda reflexión Eugene Gendlin se adentra en las entrañas de lo vital para pensar la vida desde sí misma, en la que no hay dirección externa, sino que todo fenómeno es autogenerado desde el interior, desde el propio cuerpo que es el depositario mismo del proceso vital.

Esta construcción filosófica que iniciara en los años 60 desde su *Experiencing and the creation of meaning*, ha ido creciendo y expandiéndose a partir de sus propios cimientos revolucionarios hasta llegar a un entramado complejo de conceptos y significados realmente novedosos que se introducen en el ámbito de lo implícito.

En este sentido Eugene Gendlin resignifica filosóficamente el concepto de Carl Rogers de **tendencia actualizante** y más explícitamente el de **tendencia formativa**, esa tendencia direccionalmente constructiva que opera en todo el universo, una tendencia evolutiva presente tanto en la vida orgánica, como en microorganismos, o materia inorgánica como la formación de cristales.

Es sensato imaginar, para Carl Rogers, una corriente que opera en el universo a muchos niveles y hace posible que cada forma se origine, a su vez, de una forma sencilla anterior. Investigaciones de física moderna llevadas a cabo recientemente por Prigogine, Sheldrake, Mandelbrot, Bohm, Capra, Hawking, Feynman, Bekenstein, entre otros, parecen confirmar la intuición de Rogers.

Eugene Gendlin da contenido filosófico a las nuevas investigaciones con su concepto de **autopropulsión** que, además de significar una tendencia universal de los organismos en crecimiento para alcanzar su propio desarrollo, es también una garantía del ser para crecer sólo con sus propios símbolos, una búsqueda certera de estos símbolos que subyace a cualquier individuación.

La **autopropulsión**, a diferencia del concepto *focusing* que explica el funcionamiento subjetivo y corporal de la tendencia actualizante, es un término mediante el cual Gendlin intenta comprender la evolución homínida de la especie y de millones de años en que el universo biológico ha ido generando nuevas formas de simbolización y de comportamiento superior.

La noción de **autopropulsión** daría cuenta del funcionamiento de la tendencia formativa en el cosmos orgánico. Todo este panorama que contiene **A process model** es un esbozo creativo y profundo completo del universo conceptual de Gendlin, trazado con rigurosidad, en el cual el acontecer y el implicar se comprenden como un modo en que lo sucedido y el devenir cambian y siguen propulsando hasta la generación de la **autoconciencia** y del pensamiento como autopropulsión de la complejidad que está siendo versionada.

Así, experiencia, interacción y lenguaje constituyen un único sistema complejo que incide no solamente en los acontecimientos sino que cambia las mismas posibilidades.

En definitiva, el modelo de Gendlin intenta de este modo comprender la misma trayectoria vital, partiendo de una profunda, revolucionaria y radical afirmación: **la vida es un proceso que se va haciendo a sí mismo**.

Adentrarse en ese proceso, desentrañarlo y explicarlo es la intencionalidad última de Eugene Gendlin en **A process model**.

2. LA CORPORALIDAD DEL PROCESO DE VIDA. El nuevo concepto de cuerpo de Eugene T. Gendlin.

Si la vida es un proceso que se va haciendo a sí mismo, la forma de este proceso es el cuerpo. El cuerpo constituye el concepto central del proyecto investigador de *A process model*. El cuerpo, para Eugene Gendlin, se establece como una unidad intrínseca del universo, una forma nueva de referirse a los organismos y a su ambiente en el cual se inserta toda existencia organísmica.

El cuerpo acontece en y con el ambiente. Así cuerpo y ambiente forman una unidad. Para comprender las circunstancias en que cuerpo y ambiente son una misma cosa, Gendlin diferencia la concepción de cuatro tipos conceptuales de **ambiente**.

En primer lugar podemos entender el ambiente desde el punto de vista del espectador. En este caso el ambiente es lo que está afuera y afecta al organismo.

Podemos comprender el ambiente como un proceso de vida del organismo. En esta concepción hay una interdependencia entre cuerpo y ambiente como formando parte del mismo proceso. Por ejemplo al comprender el órgano de los pulmones inhalando aire. El órgano pulmón (cuerpo) y la inhalación de aire (ambiente) son interdependientes. En realidad la corporalidad en este ejemplo no la forma solamente los pulmones, sino que más bien la forma los pulmones inhalando aire. En esta concepción el ambiente participa de un proceso de vida, no es algo aparte, aislado de este proceso. Desde esta concepción, mientras cuerpo y ambiente acontecen se implican mutuamente, son parte de un proceso de integración altamente organizada.

En tercer lugar podemos entender el ambiente como modificación del entorno producido por el proceso integrado de cuerpo y ambiente. En este sentido el cuerpo de cada criatura es el resultado de su propio proceso de vida. El ambiente, en este caso, incluye al cuerpo. Por ejemplo en una tela de araña en que el cuerpo del arácnido está. Para Gendlin el proceso de vida se conforma de manera continua en la tela de araña y en el propio cuerpo de la araña. En este sentido el cuerpo es un ambiente en el cual el proceso del cuerpo se autopropulsa. El proceso es cuerpo y continúa en el cuerpo. El proceso de vida desarrolla su propio ambiente, el cual va tomando su propio curso. La vida se desarrolla, en gran parte, con ambientes que en su proceso ha producido o ha modificado. La continuidad del proceso vital se desarrolla así a través de sus propios productos. En esta concepción el proceso de vida desarrolla su propio ambiente, el cual toma su propio curso.

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

Por último Gendlin aporta una nueva concepción de ambiente. Algo puede ocurrir que suscite una interdependencia entre cuerpo y ambiente que puede afectar al proceso de vida y que, al haberse suscitado, deje de ser lo que era. Eso es algo que nunca había ocurrido antes y no se trata de ningún ambiente de alguna criatura, ni tampoco del ambiente desde el punto de vista del espectador, as algo totalmente novedoso para el proceso de vida. Es la riqueza aparentemente infinita de lo que aún no ha nacido, que aún no ha sido reconocido. Pero en el proceso de vida están implicados todos los avances del universo, aquello que puede llegar a constituirse. El concepto clave es **implicar**.

3. EL MOVIMIENTO DEL PROCESO DE LA VIDA. El implicar y el acontecer.

Cualquier acontecimiento **implica** el resto de sucesos y viceversa. Pero la secuencia de lo que va a ocurrir no está determinada. Sin embargo no puede ocurrir nada que no esté implicado.

Esto significa que, para Gendlin, el proceso de vida está temporalmente organizado. Por ejemplo, el proceso de comer implica satisfacción cuando hay hambre.

La relación entre el acontecer y el implicar generan el tiempo mismo. Pero *lo implícito no es equivalente a lo que acontece*. El hambre implica la alimentación y por supuesto la alimentación implica el alimento, pero no necesariamente se encuentra alimento cuando se tiene hambre (no necesariamente acontece el proceso de comer). Así que un segmento del proceso de vida siempre implica segmentos futuros.

El implicar no es nunca igual al acontecer. En la naturaleza se han desarrollado muchas formas de comer, y pueden surgir muchas más. Cuando nos referimos a la implicación no queremos decir que sea un acontecer que todavía no ha ocurrido (porque puede que nunca ocurra), pero no puede acontecer nada que no haya sido implicado. Acontece dentro del implicar, así que el acontecer no es una posición distinta en la línea del tiempo. *El acontecer es el cambio y el acontecer dentro del implicar puede cambiar el mismo implicar.*

Para Eugene Gendlin todas las partes del cuerpo-ambiente se implican mutuamente como parte de un todo. En este sentido cualquier cosa que acontezca también está implicando, al mismo tiempo, a un posterior acontecer porque incide en el mismo implicar.

En este proceso continuo implicar-acontecer puede que se produzca la ausencia de algún elemento (por ejemplo cuando en el proceso de comer que hemos mencionado falta el alimento); si la criatura no muere porque algún proceso se haya detenido, entonces tenemos un implicar (hambre) que no fue cambiado por un acontecimiento (comer) y así el cuerpo permanece hambriento. Al no alimentarse las implicaciones no devienen acontecimientos (contrariamente, si el cuerpo se alimenta cambia el mismo implicar al saciar el hambre). Cuando las implicaciones no devienen acontecimientos (al no tener alimento para saciar el hambre) hablamos de un **proceso detenido**. El proceso detenido es separable del proceso como un todo, porque el resto del proceso de vida continúa.

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

La parte del cuerpo-ambiente que está ausente (el alimento) realiza un papel esencial porque detiene el proceso debido a su ausencia. A esta parte ausente Gendlin la denomina **objeto**.

Un objeto es una parte del cuerpo ambiente que se separa estando ausente.

Cuando tenemos un proceso detenido, la parte ausente (el objeto) alcanza un gran poder, porque al ocurrir (al encontrar alimento) todo el proceso detenido por la ausencia del objeto, vuelve a acontecer. Naturalmente el proceso implica mucho más que el objeto (ausente) que ha regresado. Pero en la reanudación del proceso, el cuerpo no encuentra el objeto como si fuera la primera vez. Tan pronto como el objeto se repite, el proceso se reanuda y cambia el implicar de tal forma que el objeto no permanece ya implicado porque los objetos son objetos sólo mientras estén ausentes. Cuando el objeto vuelve, el proceso detenido se reinicia y continúa en movimiento. La esencia de un objeto es entonces reiniciar un proceso corporal.

En el modelo de Gendlin, cuerpo y ambiente constituyen un solo evento. Con el concepto de "implicar", el cuerpo incluye el medio ambiente y participa de él. Del mismo modo, los objetos pueden desaparecer deteniendo un proceso y pueden también reeditar un proceso. También cabe decir que un objeto (más tarde un símbolo) implica una complejidad implícita y que la explicitación no es nunca la representación, siempre es un proceso posterior a sí mismo.

Cuando parte de un proceso se detiene, algo de otro proceso continúa. El cuerpo es en realidad el nuevo proceso que continúa. Lo que continúa es diferente a lo que hubiera ocurrido sin ninguna detención. Esta diferencia en el proceso que continúa propulsa la paralización. Un proceso detenido consiste en un implicar que no ha sido cambiado por el acontecer que sí ha cambiado (porque ha desaparecido un objeto). Así que el acontecer, en este caso, ha propulsado la paralización de un implicar. A esta detención propulsada Gendlin la denomina **esquema**.

Hasta ahora hemos mencionado tres tipos de movimiento del proceso de vida en el cuerpo. El cuerpo implica, por una parte, un proceso dentro de sí mismo interdependiente con el ambiente (proceso de alimentación); por otra, implica un próximo acontecer (cuerpo hambriento que come); y por último, un proceso detenido por su objeto –definido como ausencia de– (cuerpo hambriento que no tiene alimento).

Pero hay otro tipo de movimiento. Cuando un proceso se desarrolla, lo hace en conjunto con otros muchos procesos. La forma exacta en que se constituye un proceso, en cada una de sus fases, implica en la forma en que se constituyen los demás. Es un cuarto tipo del movimiento del "implicar". Por ejemplo, los procesos respiratorio, digestivo, reproductivo... no son procesos completamente separados sino interconectados. También en el ámbito social, por ejemplo, los procesos de cambio en los modelos de trabajo afectan los

modelos familiares o los modelos de salud o los modelos económicos. Todos estos procesos están implicándose mutuamente, están interconectados.

En realidad, para Eugene Gendlin, existe solamente el implicar totalizante. Al implicarse todo el proceso, cada “subproceso” implica a los demás y también se implica a sí mismo porque los procesos no ocurren de forma separada.

En este sentido el cuerpo implica todos los subprocesos en toda su extensión. No existe un conjunto de partes corporalmente hablando. Todas las “partes” del cuerpo están coordinadas y los subprocesos corporales se involucran mutuamente. El cuerpo siempre acontece como una totalidad específica. No sería muy correcto pues simbolizar la experiencia diciendo: “una parte de mí siente... y otra parte...” porque para Gendlin no se corresponde con la unidad totalizante del proceso corporal.

Un cambio en uno de los procesos implica cambios en cómo los demás procesos son implicados en el siguiente acontecimiento corporal. Incluso un proceso muy diminuto puede implicar los más grandes procesos. Lo que acontece es el resultado de cómo el efecto de cada proceso es cambiado, por cómo es afectado y afecta a los demás procesos. Las diferencias hechas separadamente no ocurren. Sólo acontece el resultado y este acontecer incluye todas las diferencias. Así, el acontecer en realidad es una interafectación producida por un **efecto carambola** (*ecaram*).

El *efecto carambola* es una manera de entender la formación de procesos y acontecimientos. Cada proceso actúa sobre los demás procesos no como sí mismo sino como un entramado. El concepto *efecto carambola* es un modo conceptual para referirse a que todo está intrincado. El *efecto carambola* implica un acontecer posterior y este acontecer implica al ambiente.

Y este modelo también se aplica a nuestras interacciones.

Así, desde esta concepción, en *A process model* Gendlin asevera:

*Los individuos son comúnmente pensados como causas originarias separadas, pero un acontecimiento puede consistir en una, dos o más personas (tanto como una interacción en mecánica cuántica define las partículas). La misma palabra interacción suena como si de partida hubiese dos personas, y sólo entonces puede ser una “inter”... En una medida importante es su interacción la que determina cómo cada una actúa.*¹

Para Gendlin, también en los procesos interpersonales todo es mutuamente implicado. Cada una de nuestras relaciones aflora rasgos diferentes en nosotros, como si todos los rasgos posibles estuvieran ya implícitos en nosotros esperando a “ser sacados”. Pero en realidad tú me afectas, y tú conmigo tampoco eres como “de costumbre”. Tú y yo sucediendo

¹ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 47.

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

juntos nos vuelve diferentes a cómo usualmente somos, acontecemos diferente cuando somos el ambiente del otro. Cómo eres me afectas y cómo eres cuando me afectas ya está afectado por mí, y no como normalmente soy, sino por mí cuando estoy contigo.

Es más, en esta complejidad entramada de procesos, para Gendlin, está inherente un propósito y una direccionalidad como aspectos del proceso de vida. El propósito no es algo añadido, la planta no necesita un propósito adicional para dirigirse hacia la luz del sol. Dar el propósito como una cosa separada, añadida, es artificial. El propósito y la dirección se desarrollan a partir del mismo proceso.

En cierto modo un proceso es *poner en relevancia*. Lo que acontece lo hace relevante. En este sentido lo que acontece no es arbitrario, sino que está implicado por un efecto carambola que genera un entramado del que surge un acontecimiento, pero este acontecimiento tampoco está determinado; en consecuencia, sólo podemos especificarlo retrospectivamente. Pero sabemos algo muy importante: que el proceso se formará relevantemente por el mecanismo de la **autopropulsión**.

4. LA TRAYECTORIA DEL PROCESO DE LA VIDA. **Una nueva manera de concebir el tiempo.**

El tiempo es la prueba de que todo no sucede, de hecho, de una sola vez. Pero en la concepción de Eugene Gendlin según la cual cada interacción cuerpo-ambiente, cada proceso, implica su propio cambio, se precisa una nueva manera de entender el tiempo para hablar de cómo experimentamos el presente.

Ciertamente el presente no sería lo que es si no fuera por cómo hemos vivido hasta este punto del trayecto vital. Nuestra experiencia pasada es parte de lo que constituye nuestro presente. El pasado funciona en cada presente. Nuestras experiencias actuales no pueden ser entendidas con una concepción meramente lineal del tiempo, porque cuando el pasado funciona para interpretar el presente, el pasado es cambiado por ese mismo funcionamiento.

En el modelo de tiempo que desarrolla Eugene Gendlin existe una relación entre el acontecer y el implicar, de modo que el tiempo surge de estas instancias, en ambas el cuerpo juega un papel relevante.

En este modelo puede parecer que el presente es el acontecer y el futuro es el implicar. También puede parecer que la autopropulsión involucra el tiempo lineal. Y es que estamos muy acostumbrados a entender el tiempo desde una mirada exclusivamente lineal, desde esta mirada “todo le sucede a algo”. Pero para el nuevo modelo de Gendlin la distinción básica está entre la autopropulsión y la no autopropulsión.

Esta diferencia determina si los acontecimientos son el propio proceso de la vida en el cuerpo o no. Por ejemplo, el cuerpo de un niño recién nacido implica el pecho de la madre y el cuerpo de la madre implica al niño succionando. Si el niño no succiona, el pecho se estanca y debe ser bombeado artificialmente. En esta concepción de nuevo comprobamos cómo el implicar es siempre parte de un acontecer y el acontecer siempre incluye un implicar, no pueden separarse. Implicar y acontecer son los dos hilos del proceso corporal. El estar implicando es parte del acontecer, pero aquello que está implicado no está aconteciendo, ni siquiera es el próximo acontecer, por lo que el implicar no es el futuro en el sentido de aquello que fuera a ocurrir.

En la concepción convencional del tiempo, el pasado, el presente y el futuro son determinados por sus posiciones en la línea-tiempo. Excepto por su posición en esta línea los tres son lo mismo. En el modelo que desarrolla Gendlin el pasado, presente y futuro no están referidos primordialmente a la posición que ocupan en la línea. Para Gendlin algo es pasado, presente o futuro dependiendo de cómo funciona en el acontecer que se vuelca en el

implicar. Así que su posición lineal tiene algunos matices en las que hay intersecciones entre pasado, presente y futuro.

El pasado es cuerpo. El cuerpo lleva las cicatrices de las heridas de nuestra infancia, el cuerpo tiene la resaca de nuestro último trasnoche, tiene las experiencias pasadas propias y las de toda la especie. Pero el cuerpo no solamente dura en un tiempo recordado, no solamente perdura sino que regenera estas situaciones. El pasado continúa en el cuerpo, pero este pasado está en un acontecer presente, cuando actuamos en una situación determinada, la rehacemos. Es como si el pasado de ahora estuviera formateado. Si el pasado solamente es entendido como su posición en la línea del tiempo no podríamos explicar muchos acontecimientos humanos.

Igual pasa con el futuro. El implicar es un futuro que está en el presente. Porque el implicar también cambia con el acontecer.

Ahora bien, de esta concepción no podemos deducir, para Gendlin, un presente completo y autosuficiente a causa de que pasado y futuro están en el presente que acontece, como si no hubiera ningún tiempo, sino solamente algunos aspectos del presente que está funcionando. Podría parecer que el presente no tuviera conexión con el futuro que aún no es y con el pasado que ya no existe.

Para Gendlin, sin embargo, existe una conexión. Pasado y presente están entrelazados y cuando dos términos se entrelazan ya no son exactamente lo mismo, son hilos diferentes en un proceso de constante interacción. Y el presente también está entrelazado con el futuro (el implicar), pero el implicar no es el futuro lineal, sino que es el presente que está por ser y luego puede llegar a ser pasado, el implicar no es el acontecer que está por suceder.

Esta concepción gendliniana es similar a los hallazgos de la física moderna que muestran que los acontecimientos actuales pueden generar su propio sistema de espacio-tiempo y su propio nuevo sistema de posibilidades a partir del acontecimiento. En la física tradicional se señalaba que un cuerpo tiene su momento. El cuerpo podía detenerse y ser el mismo cuerpo sin el momento. Hoy en día la física moderna ha descartado esta concepción. En el modelo de Gendlin, el cuerpo es el cambio que se produce por un implicar del acontecer, entonces el cuerpo no puede detenerse y ser “él mismo”.

En definitiva, para Gendlin, lo que es implícito nunca será igual a un ocurrir explícito. El implicar nunca es lo que ocurre explícitamente. El acontecer es siempre más intrincado de lo que es explícitamente. Dado que el acontecer propulsa el implicar, están sucediendo más cosas que aquellas que han sucedido en realidad. Llamaremos autopropulsión cuando lo que acontece cambia el implicar. El acontecer se regenera en el cuerpo y es también un cambio en el implicar. El modo en que funciona el cuerpo es el pasado, cómo funciona el implicar es el futuro. El acontecer (presente) cambia el pasado y el futuro.

5. LO QUE OCURRE EXPLÍCITAMENTE EN LA VIDA. El comportamiento.

Hasta ahora la forma de pensar filosófica no nos permitía relacionar de manera precisa la percepción con el comportamiento y el proceso corporal. En cambio, en la concepción de Gendlin, la percepción siempre es una parte del comportamiento y el comportamiento es un tipo especial de proceso corporal.

En *A process model* la percepción es algo más que el “sentirse afectado por...”. Cualquier cosa, por ejemplo una piedra, puede afectarse, pero no decimos que la piedra perciba, es el observador quien percibe el cambio de la piedra. La pregunta de fondo que se formula Eugene Gendlin es: ¿cómo el proceso de vida es capaz de percibir por sí mismo (más que ser sólo afectado), de tal manera que sea el observador quien hace en realidad la percepción?

Cualquier cambio corporal puede, mediante la interaffectación, hacer otros cambios corporales y puede, a través del ambiente compartido, servir para la gestación de más cambios en el ambiente de otros procesos. Así, cualquier cambio en el ambiente puede generar cambios en el ambiente de otros procesos corporales que cambian el cuerpo mismo.

Este ciclo, que es en realidad un ciclo abierto, consiste en un conglomerado de cambios mutuamente influyentes que altera el mismo cuerpo pero que al mismo tiempo le otorga una cierta estabilidad. El cuerpo se modifica a sí mismo y se mueve por sí mismo a través de estos cambios. A esta modificación del cuerpo le llama Gendlin el **comportamiento**.

Con esta concepción se comprende que, para Gendlin, la estructura corporal se desarrolla de acuerdo al comportamiento. En realidad el cuerpo pasa por los cambios hechos por el registro a través de la interaffectación y el ambiente. El cambio se produce por esa implicación de lo que está registrado en el cuerpo que propulsa el futuro movimiento. El cuerpo avanza como efecto de este registro de cómo se acaba de mover. Así, cuando el cuerpo se mueve se afecta por reconocer lo que ya hizo. Es como si el cuerpo siente lo que hace. Este sentir lo que hace el cuerpo es denominado **sentimiento**.

El sentimiento es, en sí mismo, un proceso de cambio. Es más una acción que un sustantivo, una secuencia dinámica. El sentimiento cumple una doble función. Por una parte es un cambio corporal, pero al mismo tiempo es la ejecución del cambio en el ambiente. Con el sentimiento el cuerpo no solamente es, sino que siente el impacto de lo que “fue”, se siente a sí mismo.

Así el sentimiento es la base de la **autoconciencia**, de la percepción.

La percepción, en consecuencia, es algo sentido. El sentimiento es la percepción autopropulsada del implicar del cuerpo. La secuencia en que aparecen la percepción y el sentimiento es el comportamiento.

En realidad el comportamiento es el sentimiento percibido hecho explícito, aconteciendo. En este sentido el sentimiento no es meramente la sensación de lo que es. Va más allá. Es el modo en que el cuerpo acaba de estar, es el avanzar-perpetrándose-en. Podemos decir que el cuerpo percibe porque no es meramente afectado, sino que reconoce. Así que el implicar corporal incluye el sentimiento y la percepción, y acontece mediante el comportamiento.

Si no comprendemos el proceso corporal como un sentir consciente, parece que la conciencia es una simple “reflexión” flotante adicional, como un rayo de luz que ilumnia la oscuridad. Esta concepción ha significado una mala reputación del concepto de conciencia en la filosofía.

En la concepción de Gendlin, el desarrollo del cuerpo y su autosensación se desarrollan como una secuencia. Sólo sentir sin una manifestación en el comportamiento es algo sin sentido real. El sentir no se desarrolla normalmente sin movimiento. Cuando un animal recién nacido está a ciegas por unos momentos debido a su nacimiento, pero puede moverse, logra percibir de forma normal cuando la ceguera desaparece. Pero si el recién nacido fuera impedido o limitado por algún tiempo en su movimiento, no lograría percibir de forma normal.

Para Gendlin los sentimientos se desarrollan en el comportamiento. En la psicología los sentimientos aún son considerados meramente “internos”. Entonces uno ignora por qué los sentimientos contienen información implícita sobre lo que está sucediendo. Parece como una superstición que el cuerpo sea “sabio” respecto a las situaciones de la vida y de uno mismo.

En el modelo de Gendlin cuando acontece una secuencia de comportamiento, ésta es implicada como un todo. La secuencia completa se implica desde el momento en que el cuerpo implica la resolución del proceso corporal (que sucede en el comportamiento), esta tendencia inherente de implicación hacia el comportamiento es lo que se denomina **motivación**.

En esta concepción el comportamiento es motivado por la detención de un proceso corporal. Esta detención impulsa la nueva puesta en marcha del proceso (un animal reanuda su proceso, la alimentación, la copulación etc, para seguir avanzando, eventualmente debe ingerir y digerir, pues no puede vivir persiguiendo comida solamente, es como si el comportamiento volviera al proceso corporal en el que hubo un desvío).

En definitiva, el implicar corporal comprende un contexto total de secuencias de comportamiento recíprocamente implicadas, caramboleadas y enfocadas con el ambiente ya sucediendo dentro del cuerpo. Una vez que muchos comportamientos han ocurrido, cada secuencia consta de una cadena

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

de efectos carambola. Cada una comprende implícitamente las otras en su formación. Cada una es una forma de autopropulsión que entrelaza las otras.

Este contexto de secuencias de comportamiento es como un espacio, una malla de posibles comportamientos que el cuerpo implica en todo tipo de direcciones y aspectos. Un determinado comportamiento siempre acontece en el medio de otros comportamientos posibles implicados y como un cambio en estos comportamientos implicados. La malla entera es autopropulsada. Este espacio comportamental es espacio sentido y percibido. Y este ser sentido y percibido consiste en un proceso siempre cambiante en el tiempo y el espacio.

Así el comportamiento, el sentimiento, la percepción, el espacio y el tiempo están entrelazados:

*“Si primero fijas tu mirada en cualquier punto del espacio euclidiano vacío, lo que ves cambia si mueves la cabeza hacia la izquierda, derecha, arriba o abajo, o hacia delante o hacia atrás. Pero si mantienes la posición y esperas un momento, lo que ves en ese mismo punto también cambiará. Cambiará en el tiempo”*².

² GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 119.

6. LO ESPECÍFICAMENTE HUMANO. La simbolización de la experiencia.

Es comúnmente aceptado que la mayor especificidad humana tiene que ver con el lenguaje.

El lenguaje es entendido, desde Ferdinand de Saussure (1857-1913), como un sistema de signos cuya finalidad es denotar, connotar y expresar. Lo típico de la estructura lingüística es el signo lingüístico formado por una imagen acústica a la que se denomina “significante” y por un contenido o “significado”.

En el lenguaje humano no existe una relación lógica entre el significante y aquello a lo que se refiere (el significado), sino que su relación es arbitraria.

Eugene Gendlin se plantea en *A process model* el papel del lenguaje y de los signos arbitrarios en nuestras acciones humanas que se caracterizan por la capacidad inherente de **simbolizar**.

Gendlin se pregunta acerca de lo qué significa ser un símbolo, y cómo se forma en el transcurso del proceso de la vida esta capacidad de las personas de simbolizar que nos permite ser lo que somos en relación con los demás.

Para Gendlin, si el lenguaje es un sistema de signos quiere decir que su acción consiste en el “simbolizar” (formar signos), por lo que intenta una reflexión originaria sobre este simbolizar característico del ser humano.

El tipo de comportamiento animal que más se parece a nuestro simbolizar es lo que denominamos “gesticulación animal” y “ritualidad animal”. Estudiando estos fenómenos podremos comprender lo que agrega el simbolizar humano a los animales y lo que no. No se trata solamente de decir que el lenguaje es un “agregado” en el proceso de vida animal que deviene humano, más bien para Eugene Gendlin se trata de comprender el tipo de experiencia que involucra el lenguaje.

En realidad, los animales superiores son y hacen casi todo lo que los humanos hacemos y somos. Una mamá chimpancé de un bebé que tiene polio, por ejemplo, ordena sus brazos con cuidado y sus piernas cojas. Si un adulto macho es herido, su hermano menor se sienta cuidadosamente a su lado juntando los labios de la herida.

Desde este punto de vista, el tipo de experiencia que, a veces, denominamos “simbolizar” no pertenece exclusivamente a una comunicación humana diferenciada. Así, si nos fijamos en los sonidos de algunas aves, los biólogos han convenido en que éstos tienen características diferenciadoras en

función de la experiencia que se involucra. Un pájaro macho puede emitir, por ejemplo, más de un centenar de sonidos al día, pero cuando su pareja es arrebatada de su lado, solamente emite un único sonido hasta que su pareja regresa y vuelve a emitir la multiplicidad de sonidos.

También sabemos que los animales se arreglan entre ellos y se sacan las pulgas aunque no las tengan con el único objetivo de mantenerse en compañía. Observamos que animales que viven juntos en el mismo territorio, han insertado una especie de jerarquía social. Cada mono da la espalda cuando ve que algún otro superior a él da una orden y recibe gestos de sumisión de los demás que están bajo su jerarquía. Si el mono inferior falla en dar la espalda ocurre una pelea, si no falla y da la espalda la pelea se evita.

Es más, los animales superiores y especialmente los sociables, parecen tener un rol funcional por la manera de mostrar sus cuerpos y emitir sonidos. Según lo hagan tiene lugar un comportamiento u otro distinto, por ello denominamos a estos patrones “gestos” o “rituales”. Estos gestos o rituales son muy similares a lo que conocemos como símbolos en la medida en que estas conductas “significan” mucho más de lo que son en sí naturalmente. No obstante, también es cierto que estas conductas animales son solamente comportamientos y no constituyen un “significante” desde el punto de vista lingüístico. Pero, aún no siendo “símbolos convencionales”, parece existir una relación corporal organísmica e inherente entre la apariencia corporal y el contexto de comportamiento que representan.

Así que, para Eugene Gendlin *la apariencia corporal de uno autopropulsa el cuerpo que termina implicando una secuencia de comportamiento.*³

Para Gendlin, cada apariencia corporal es la apariencia de un efecto carambola corporal que implica la siguiente secuencia corporal.

El gruñido, el darse la vuelta para correr, el principio de un golpe... son parte de secuencias de comportamiento. Podríamos decir que esas conductas corporales animales son símbolos, pero no son símbolos convencionales que se usan arbitrariamente, sino que existe una relación inherente entre el gesto o ritual y el comportamiento que representan.

En esta representación tiene el origen, para Gendlin, la emergencia de la empatía, el parecido, la universalidad, el símbolo, el significado y otros muchos fenómenos.

Muchas veces se habla de empatía como si yo naturalmente, de alguna manera supiera cómo se ve mi corporalidad cuando me siento de una determinada manera. Entonces, cuando veo a alguien más que se ve de esa manera, asumo que se siente como me siento yo cuando me veo de esa

³ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 138.

*manera. Ese punto de vista falla al pensar en cómo yo puedo saber cómo se ve mi cuerpo, considerando que casi nunca veo mi cuerpo de afuera... La empatía viene primero, es decir, primero hay un cambio corporal hecho por cómo otro cuerpo se ve. Mi cuerpo entonces viene a implicar la apriencia del otro y, sólo entonces, mi cuerpo implica su propia apariencia. Esta secuencia primero se genera como la similitud entre el cuerpo del otro y el propio.*⁴

Los humanos, en parte, también hacemos el tipo de gestos y rituales como los animales. Pero hacemos algo más. Si estamos en una reunión, por ejemplo, y llega el momento de votar, por el mero hecho de levantar el brazo quizás alteremos una situación entera con grandes consecuencias. Los humanos vivimos en términos de **secuencias simbólicas**. Al firmar un documento, por ejemplo, y poner nuestro nombre en cierto lugar, podemos alterar quizás toda una situación. Nuestros símbolos **expresan** y esta expresión siempre involucra algún tipo de autopropulsión y cambio. Los animales, por el contrario no se expresan entre ellos sino que se comportan entre ellos, lo que les autopropulsa es el comportarse, no el expresarse. El comportarse y el expresarse no está todavía diferenciado entre los animales, no son todavía dos niveles diferentes.

El simbolizar crea un nuevo mundo. La autoconciencia no es literalmente la conciencia que estaba anteriormente. Los primeros animales que se convirtieron sorpresivamente en seres humanos, en una secuencia de expresar, debieron haber tenido un momento de gran excitación siendo autoconscientes. De repente, moviéndose entre ellos, bailando, estaban conscientes de estar conscientes. De esta forma llegamos a percibir que los símbolos, en el proceso de autopropulsión, habilitan la autoconciencia. Nosotros nos sentimos a nosotros mismos al sentir de qué se trata algo y, de este modo, nosotros nos sentimos a nosotros mismos al sentir.

⁴ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 140. Es posible que Gendlin conozca los nuevos desarrollos que sobre la empatía se han producido actualmente desde los famosos descubrimientos de las neuronas especulares del Doctor Giacomo Rizzolatti en la Universidad de Parma en 1990 y los posteriores estudios llevados a cabo por Mirella Dapretto en EUA y por Christian Keysers y Valeria Gazzola en Holanda sobre el autismo, así como las investigaciones de Marco Iacoboni en el Instituto Neuropsiquiátrico de UCLA en EUA y las del Doctor Daniel J. Siegel en la misma institución desde el año 2007. Todas estas investigaciones nos conducen a repensar la empatía como base de las habilidades sociales que consiste en ser consciente de lo que sienten los demás. La empatía como tal no es innata, sino que tiene que ser desarrollada en el curso de la infancia. Los estudios sugieren que la imitación es una forma que los niños tienen de aprender el lenguaje corporal y la expresión facial en los demás. Los descubrimientos neurocientíficos han localizado la existencia de circuitos cerebrales especializados en la imitación que también pueden ser importantes para la empatía. Lo que los investigadores han denominado neuronas especulares se encuentran en el giro frontal inferior y en el córtex premotor y parietal de los monos. Están activas cuando el animal lleva a cabo una acción dirigida a algún fin, como coger comida, o cuando observa llevar a cabo la misma acción a otro animal. Lo más curioso es que las neuronas especulares también parecen distinguir la intención que hay detrás de una acción dada; de modo que una neurona particular se puede activar cuando la comida es cogida por alguien con la intención de comérsela, pero no cuando es cogida por alguien con la intención de guardarla en algún sitio para más adelante. Parece que en las personas autistas los déficits sociales pueden ser debidos a la disfunción en el sistema de las neuronas especulares. Los niños autistas muestran una menor actividad en estas áreas cerebrales que los niños normales cuando se les pide que observen o imiten expresiones faciales.

El simbolizar permite entonces la fotografía. Una fotografía es acerca de algo que no necesita estar presente. Cuando los humanos hacemos gestos, los hacemos en un contexto expresivo, o de versionar algo. Lo que versionamos no es necesario que esté físicamente presente.

Los animales hacen cosas, nidos, colmenas etc. Pero los humanos elaboramos modelos de cosas que implican una reelaboración. Un modelo es simbólico. No decimos que los humanos podemos imaginarnos un objeto, nosotros tenemos la capacidad de autopropulsar nuevos comportamientos. Podemos construir pautas de acción y previsión.

Esta capacidad es la nueva dimensión de lo humano en el proceso de autopropulsión, la simbolización de la experiencia.

Siendo que el acontecer y el implicar son un sólo evento, la explicitación simbólica de lo que funcionó implícitamente permite que otra cosa funcione implícitamente, lo que tal vez antes no era implícito. Así si lo que funciona implícitamente en una persona se simboliza y hace que aparezca como un proceso autopropulsado, entonces otros aspectos que ni siquiera eran implícitos, se reconstituyen y llegan a ser implicados.

En realidad, cuando una secuencia funciona implícitamente, en verdad acontece realmente. Juntos, el implicar y el ocurrir, son un solo suceso real. El funcionamiento implícito es, entonces, mucho más específico que sólo lo “implícito”, porque la secuencia que de hecho acontece también cambia lo que funciona implícitamente y cambia a las otras secuencias como posibilidades.

En definitiva dentro de una secuencia del simbolizar, el contexto de comportamiento es implícito y está ocurriendo. Está reconstituyéndose por medio del simbolizar. Se vive en esta situación cuando se la simboliza.

7. DE LA SIMPLICIDAD DEL SÍMBOLO A LA COMPLEJIDAD DEL LENGUAJE.

Un nuevo paso de la autopropulsión.

Los simples gestos versionan un contexto de comportamiento, pero son simples movimientos. El gesto no cambia conforme sean posibles los comportamientos, los simples movimientos de gestos versionan, vivencian, sienten el contexto de comportamiento pero no necesariamente lo cambian. Precisamos para Gendlin un nuevo concepto que es el de la **acción**.

El hacer es una actividad visible. La acción es un cambio autopropulsado en un contexto y en función de la acción se autopropulsan comportamientos diferentes. Puedo derribar el árbol del jardín de alguien ausente como acción, pero lo que se implica es diferente si ese derribo fue hecho porque la persona lo pidió o si la persona deseaba evitar la caída del árbol. La acción cambia la relación con la otra persona.

Y es que los contextos son contextos de interacciones. La gente vive y actúa en situaciones, en contextos de interacciones. Las situaciones no son hechos externos solamente, sino contextos de interacciones con los otros, lo cual determina cómo se definen estos hechos (una puerta cerrada es una cosa, si me estoy escondiendo de alguien es otra distinta, si estoy tratando de salir es algo diferente).

La acción no solamente es algo externo sino también interno porque involucra un cambio de contexto de interacción que uno no ve muchas veces porque solamente nos fijamos en los gestos de comportamiento y no en todo lo que involucran. Ambos espacios, interno y externo, son el resultado de la interacción simbólica entre personas (se forman juntos con). Lo que son nuestras interacciones involucran nuestra propia autopropulsión así como la de los demás; y todo esto se da en la secuencia de interacción en marcha.

La interacción simbólica constituye en realidad el origen del lenguaje, el instrumento de la interacción.

Los conceptos (los símbolos lingüísticos como tal) se desarrollaron tardíamente. Por millones de años la gente, cuando hacía herramientas de caza las dejaba en los lugares de cacería. Sólo mucho después las herramientas comenzaron a encontrarse en las cercanías de los hogares, es decir, se habían llevado a casa y guardadas allí.

Los animales gesticulan, la gente simboliza. Es bien sabido que en alguna etapa, en el desarrollo del lenguaje, tenía que haber un cambio de expresiones corporales directas a señales de un tipo que no son directamente

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

expresivas, una señales que como signos no son ya semejantes a los que están significando.

A este tipo de signos arbitrarios los lingüistas los denominan “convencionales” para diferenciarlos de la simple gesticulación. Pero la palabra “convencional” alude a una reunión de personas, convenidas por propósitos de adoptar algún tipo de acuerdo que llamamos una “convención”. Por supuesto, todos sabemos que así no es cómo surgieron los signos del lenguaje. Cuando usamos la palabra “convencional” para definir los símbolos del lenguaje, nos referimos a no-íónico o no-onomatopéyico.

Eugene Gendlin se pregunta entonces: ¿Cómo se pueden formar señales como éstas, si no hay una relación inherente entre el signo y lo que significan?

La dificultad ha sido que los signos han sido concebidos como si fueran unidades. Uno tiende a pensar que los signos se relacionan como expresiones directas para la situación en que se usan. Pero estas relaciones son mucho más complejas.

El sistema del lenguaje sugiere que sus unidades (los signos) se forman como un sistema, es decir, se forman en y con sus complejas relaciones internas. Estas relaciones entre signos se forman como un evento único de significación y tienen lugar no tanto a partir de las acciones de la gente como de sus **interacciones**, la acción es más bien de las relaciones entre las personas.

Gendlin está formulando cómo el lenguaje se desarrolla de una forma corporal. El lenguaje no es algo injertado en el cuerpo. Los rudimentos del lenguaje y la cultura se forman juntos, y cada palabra o frase, cuando es usada, cambia la situación de alguna manera.

Seguramente las primeras palabras eran unidades silábicas. Pero las palabras se forman en un contexto de interacción y a medida que interaccionamos surgieron nuevas palabras. Así que hay dos sistemas interrelacionados: el sistema de las palabras y el sistema de nuestras situaciones vividas, de nuestras interacciones. O mejor dicho aún, el sistema de palabras interrelacionadas y el sistema de situaciones interrelacionadas e interacciones es, en una manera básica, un sólo sistema.

Cuando la gente habla no selecciona muchas palabras como si buscara en una carpeta. Las palabras nos surgen, salen. Cada unidad de palabra es implícitamente un gran sistema de secuencias mutuamente implicantes, al igual que son su propia ocurrencia, su propia autopropulsión de su propio contexto. Sonidos y contextos se implican mutuamente y son implícitos como los contextos que la palabra reconstituye. La palabra, entonces, se forma sólo en contextos de interacción, además, sólo en relación a las otras palabras y sólo en ciertos lugares, en una secuencia.

Por eso no hay misterio en cómo la gente habla sin saber las reglas de la sintaxis. Igual que la gente se sienta en una silla sin caerse aunque no sepa nada de anatomía o de física. Las reglas lingüísticas que explicitamos son un producto posterior. De alguna manera podríamos decir que la cultura de la sintaxis es innata, cómo también lo es mucho el comportamiento y la interacción. Por supuesto lo innato no son las reglas que los lingüistas formulan. Es el cuerpo en el cual se heredan, pero no sólo el cuerpo físico, sino también su funcionamiento. Heredamos no solamente los pulmones, sino cómo respiramos, y no sólo el estómago, sino cómo digerimos. Eso también se aplica a lo que aprendemos. Nada se puede aprender sino mediante un organismo, el que ya tiene el tipo de estructura que hace posible aprenderlo.

El desarrollo del lenguaje y la cultura es el desarrollo de lo humano, del modo en que el cuerpo humano difiere de otros cuerpos vivientes. No es sólo una cuestión de cerebro sino de todo el cuerpo en el que funciona el cerebro, el sistema entero de acción e interacción que ese cuerpo implica.

La razón por la que los lingüistas forman reglas es porque el uso del lenguaje es creativo. Estas reglas no son sólo acerca del orden y combinación. Cada palabra implica qué otras palabras pueden seguirle, también en términos de contextos de significados, no solamente en términos de orden secuencial.

Por supuesto que el lenguaje continúa cambiando. Pero curiosamente no va tomando nuevos sonidos. La formación del sonido cesó muy tempranamente. Una vez que el lenguaje se ha formado es impresionantemente conservador. Una variedad infinita de sonidos son posibles y que no son lenguaje, pero estos sonidos ya no se toman para agregarlos al lenguaje. En un punto crítico el *stock* de sonidos lingüísticamente usados se cerró.

Un sonido justo después de otro tiene un efecto completamente distinto que si viniese después de uno diferente. Pero el significado no es precisamente el efecto del sonido, no es la calidad de sonido sino el **re-conocimiento**.

Los contextos de interacción se desarrollaron, y continúan desarrollándose, con el lenguaje. Debido a la sutileza del lenguaje es que nuestras situaciones son tan variadas y finalmente estructuradas. En definitiva, la cultura es el hacer patrones de situaciones y esto de hacer patrones es fundamentalmente lingüístico.

Desde el proceso de autopropulsión el lenguaje debe entenderse como parte del sistema de situaciones culturalmente estructuradas, que también significan roles e identidades humanas, y también significa vivir e interactuar.

En este sentido, para Gendlin, el lenguaje es implícito también porque está implícito en nuestro vivir, en nuestros cuerpos y en nuestras interacciones. Siendo implícito, cuando ponemos un sentimiento en palabras, no es la primera vez en que se produce el encuentro entre esas palabras y ese sentimiento.

Desde la conexión inherente entre el lenguaje y la estructura situacional podemos entender cómo es posible que podamos articular en el lenguaje aquello que sentimos. Lo que sentimos es de interacción, tiene que ver con nuestro vivir-en-situaciones-con-otros. Podemos encontrar palabras para decir qué sentimos, porque los sentimientos, las situaciones de interacción y el lenguaje son un solo sistema. Esto es así aún cuando tengamos que vislumbrar nuevas frases y metáforas.

Y es que, para Eugene Gendlin, el formar un significado implícitamente es mucho más amplio que la formulación explícita.

A medida en que ejecutamos ciertas rutinas ya conocidas, no necesitamos estar conscientes de este hecho. Pero en la medida que tratamos de pensar de un modo distinto o comprender algo acerca de nosotros mismos, aunque sea antiguo debemos permitir el funcionamiento de esta textura de ejemplos individuales que se cruzan; en la medida en que un contexto de interacción de conglomerados cruzados, son ellos en sí mismos elaboraciones corporales de comportamientos y de un proceso vital.⁵

Para Gendlin, en ***A process model***, los símbolos no son meramente sucesos “acerca de”. Los símbolos nos cambian, engendran un proceso corporal. Nos autopropulsan. Lo que es simbolizado se reconstituye, acontece, se autopropulsa y se siente. De esta manera, cuando hablamos de una situación vivimos en ella, aunque sea pasado, en nuestro contexto presente de interacción, vivimos en esta situación, acontece, hay una cadena de versiones del implicar corporal.

⁵ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 215.

8. EL REFERENTE DIRECTO. El motor de la autopropulsión humana.

La concepción de Eugene Gendlin en *A process model* se fundamenta en la aseveración de que el cuerpo tiene implícito el todo de los contextos usuales. Si hay un cambio en el cuerpo, de manera que se implica algo nuevo en la experiencia, se da un cruce entre el sistema existente de contextos y lo nuevo que se ha implicado, de esta forma el cuerpo “corporaliza” una nueva secuencia.

La experiencia se vive en forma de sentimientos. Los sentimientos usuales que tenemos son parte de cómo están estructuradas culturalmente nuestras situaciones. Esos sentimientos los tenemos introducidos mediante las interacciones. Las interacciones culturalmente modeladas no continuarían de manera regular si uno de los participantes de la interacción no pudiera tener el sentimiento “introducido”. Así que los sentimientos, aunque sean privados, son parte de nuestras rutinas. Si alguien nos derrota, por ejemplo, en alguna disputa o conflicto, el patrón cultural nos induce a sentir rabia y a menudo a no demostrarla. Nuestra vida privada interna es, en gran medida, una parte intrínseca de nuestras situaciones modeladas con otros.

Sin embargo, en ocasiones, una partícula del cambio corporal es producida por algún cambio ambiental que, a su vez, autopropulsa el cuerpo a una nueva partícula de cambio corporal y va generando una nueva secuencia. La secuencia comienza con buscar, dejar venir lo que aún no está ahí. Mientras uno mira, por así decirlo, en la conciencia corporal, se encuentra autropulsándose por un nuevo espacio, diferente del anterior espacio ocupado por sentimientos de situaciones estructuradas culturalmente. Este nuevo “sentimiento” que va aconteciendo, no es exactamente el sentimiento introducido por los patrones culturales, tampoco es totalmente diferente, pero tiene que ver con la totalidad de un contexto. Cuando notamos esta totalidad en la conciencia tenemos un **referente directo**. El referente directo, para Gendlin, es lo central y nítido de un “sentimiento”, aunque conceptualmente vago todavía porque no ha sido conceptualizado.

Enstein escribió que, durante sus quince años de trabajo hacia la teoría general de la relatividad, no solamente tuvo un “sentimiento” de lo que tenía que ser la respuesta, sino que ese sentimiento aquello que lo guió. No está diciendo que tuvo un sentimiento personal. Tampoco que su conocimiento de la física y las matemáticas fueran insuficientes para hacerlo capaz de resolver los problemas, para formular ecuaciones que predijeran correctamente, sino que

*fue su cuerpo, enfocándose y totalizándose precisamente en aquello, lo que formó para él un referente directo que podía sentir como tal.*⁶

Parece que los pensadores son guiados por este tipo de experiencias, por un referente directo que vívidamente contiene una sensación de la totalidad del asunto a resolver. Gendlin propone que si pudiéramos hacer este método de manera sistemática, no solamente nos resultaría útil a la hora de pensar, sino que nos aportaría una nueva forma de entender lo que siempre han sido los poderes del pensamiento.

Sin embargo, un referente directo no siempre se forma y, si lo hace, no se forma necesariamente justo cuando lo deseamos. Y cuando se forma quizás es una cosa distinta a lo que deseábamos o esperábamos. En definitiva, el referente directo se forma por sí mismo y llega solamente cuando se lo permitimos.

Cuando se forma y llega, ha sucedido algo muy importante porque esta formación del referente es un tipo de autopropulsión. Primero hay un período intangible de llegada y pérdida de posesión, sentimos la totalidad de toda una situación y luego parece que la sensación se va de nuevo. En esta etapa intangible de la formación del referente directo, Gendlin dice que es bueno buscar un término descriptivo inicial para la cualidad de esta sensación inestable y a eso es a lo que llama “asidro”.

Una vez que el asidro calza lo podemos seguir usando una y otra vez, y la sensación de todo el asunto o situación llega de nuevo cada vez. Si el asidro funciona como es debido, el referente directo se forma con mayor estabilidad. Si llega el referente directo cada vez que la palabra o palabras se repiten, cada vez que el referente directo es esperado, se produce una sensación de alivio, algo que cambió, algo que se libera, algo conmovedor en el cuerpo.

En el pensar también se da el mismo proceso. El pensamiento no es de ninguna manera un movimiento simple alrededor de entidades o conceptos definidos como “pedazos” de conocimiento. El pensamiento es, en gran medida, implícito; y lo implícito es lo que pensamos centralmente de una cuestión, el sentido de lo que estamos pensando lo cual es una autopropulsión de una complejidad que está también implícita. Esta parte central es el referente directo de este pensamiento. En todo pensamiento hay algo novedoso que desea emerger, de manera similar con los problemas o asuntos personales cuando surge la sensación de todo el problema como algo diferente a los sentimientos usuales.

Así, todo nuestro pensamiento teórico, igual que nuestro vivir, ya no son sentimientos usuales. Cada desarrollo trae muchos desarrollos implícitos y la complejidad crece con más novedad autopropulsándose.

⁶ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 224.

El motor de la autopropulsión es, para Gendlin, el referente directo. La formación del referente directo es un nuevo tipo de secuencia a la que hasta ahora no se le ha dado importancia. Los referentes directos no están ahí, implícitamente, pero sí toda la complejidad de cada secuencia de acción, pensamiento o sentimiento. Si en realidad se va a formar un referente directo o no, no puede controlarse. Se puede permanecer deliberadamente y esperar, concentrándose y vivenciar la sensación, pero no podemos hacer que llegue el referente directo deliberadamente. Una formación de referente directo en realidad es un tipo de autopropulsión y la autopropulsión siempre es algo que puede no suceder.

El cuerpo, en el proceso de la vida, se ha dotado a sí mismo de un objeto que lo autopropulsa justo en la forma en la que el todo corporal implica cuando se enfoca a sí mismo. Cuando un referente directo se forma y llega ha sucedido la autopropulsión. Llega como puede y solamente de esta forma. No podemos controlar sus características ni predecir si llegará y cómo. A veces llega como varias sensaciones, a veces como una cuyuntura extraña, o como una idea repentina. Un referente directo tiene su propio carácter. Esto nos permite entender por qué la formación del referente directo requiere tiempo, proviene de una complejidad, es como un símbolo de referencia del todo del mundo interaccional en la medida en que es pertinente en una situación o preocupación.

Eugene Gendlin llega a afirmar que *el referente directo es un objeto de retroalimentación perfecta.*⁷

Pero un referente directo es también una categoría de expresión que explica la comprensión de un todo, por eso tiene una función **detonante**. Así que es un nuevo tipo de simbolización (sin símbolos) que autopropulsa más que solamente el uso del lenguaje formal.

Por esta razón, un referente directo, puede ser fuente de nuevos conceptos, relaciones de ideas, categorías de universales lingüísticos etc. No es que el referente directo ya estuviera allí, sino que en el proceso de autopropulsión se va formando y en esta formación espera que nosotros lo notemos y lo sintamos. Si no se autopropulsara no lo notaríamos porque no hay forma de sentir lo que no está siendo autopropulsado.

⁷ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, p. 234.

9. CONCLUYENDO

En resumen, ***A process model*** constituye un compendio filosófico novedoso cuya base se sustenta en la intuición de Eugene Gendlin de que el proceso de vida se organiza a sí mismo, tiene su propia dirección y por eso el cambio es autopropulsado, no requiere ser conducido desde afuera ya que es intrínsecamente energético y dinámico.

Respetar y seguir el camino de la autopropulsión es afirmar y reconfirmar la propia autenticidad, ese singular modo de ser que se pone en movimiento en el cuerpo mediante el que sentimos la propia vida y nuestra persona.

El organismo humano crece con la interacción que se produce procesalmente entre sentimientos y símbolos. Los símbolos son sucesos que significan contenidos personales para el organismo, sucesos verbales y no verbales que interactúan con la función significante de éste. Esta interacción es profundamente sentida y concreta. Este aspecto le da al lenguaje una función creativa y transformadora, autopropulsora.

Todo el modelo de Gendlin hace posible, de alguna manera, la pregunta de cómo algo se puede desarrollar siendo que no es capaz de ser reducido a una estructura explícita y a sus unidades y partes. Lo que es implícito no es una estructura explícita, es algo que se autopropulsará.

Dice, por último, Eugene Gendlin:

Con el paso de los años en los que he estado trabajando en esto, el cambio en nuestra cultura se ha vuelto muy marcado, y está creciendo con mucha fuerza; la forma en que la gente implica sus situaciones e interacciones está cambiando muy rápidamente, se ha vuelto muy claro cómo la formación de referente directo es la formación de la cultura.

La gente está teniendo que aprender a encontrar esa fuente interna de tal hablar, y están aprendiendo rápidamente de aquellos que ya lo tienen. Especialmente las relaciones íntimas han cambiado completamente en este sentido durante el tiempo en que he estado viviendo y trabajando, y observando...

En segundo lugar hay un incremento en la percepción de que las rutinas no necesitan ser como han sido. Cada vez menos personas se ven "amenazadas" por algún cambio propuesto de una forma de rutina estructurando todas las situaciones. Cada vez más gente exige libertad de acción para reestructurarse de varias formas. Esta línea de cambio aún no ha avanzado mucho, pero ya puede notarse.

El cambio es tan fuerte que, literalmente, una nueva clase de humanos está surgiendo. Una persona que aún no ha encontrado su fuente interior de

Un modelo del proceso de la vida. Una reflexión en torno a *A process model* de Eugene T. Gendlin

*esas diferenciaciones parece cerrada a lo que llegamos a pensar respecto a la persona*⁸.

REFERENCIAS:

GENDLIN, E. (2001): *A process model*. Publicación digital disponible en www.focusing.org/process.html

GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing.

⁸ GENDLIN, E. (2009): *Un modelo procesal*. (Traducción de E. Riveros), Ed. Instituto Ecuatoriano de Focusing, pp. 255-256.