

EL LENGUAJE DEL PSICOTERAPEUTA

Estrategias de comunicación
para la práctica clínica

Jesús Miguel Martínez



Índice

Dedicatoria	11
Prefacio del autor	13
Introducción. Hijos de su tiempo	15
Capítulo 1. Aspectos generales de la comunicación verbal	19
Consideraciones generales sobre la comunicación	21
Elementos que modulan la comunicación	24
Actitudes más frecuentes ante la comunicación	26
Formas básicas de intervención verbal en psicoterapia	29
Las intervenciones de encuadre	29
Las preguntas	30
Educar e informar	31
La abreacción o catarsis	32
Las ratificaciones y rectificaciones	35
Depurar y clarificar	37
La recapitulación y la síntesis	38
Los señalamientos	39
Las sugerencias	41
La sugestión	45
La confrontación	45
Prescripciones de comportamientos	47
Las interpretaciones	49
Las metaintervenciones	53

Capítulo 2. El metamodelo para el lenguaje	55
Los inicios de la gramática generativa transformacional	56
Recuperar la estructura profunda	58
Recobrar lo eliminado	61
Reconvertir los hechos en procesos	65
De lo general a lo específico	67
Otras formas especiales de recuperar la estructura profunda	71
La gramática generativa más allá del metamodelo	74
El metamodelo más allá de la gramática generativa	75
Capítulo 3. La peculiar forma de comunicación de Milton Erickson	79
Las estrategias sorprendentes	81
Lo que generamos cuando decimos...	82
Grandes imitadores	83
La confusión y la duda como camino	84
Mirar en la bola de cristal	87
La avalancha imparable	88
Presuposiciones y reencuadres	90
Historias, cuentos, anécdotas y metáforas	92
Capítulo 4. La teoría sistémica de la comunicación	105
Una teoría de la comunicación humana	107
Una teoría de la disfunción mental	110
Una forma de tratamiento: la terapia centrada en los problemas	122
La prescripción del síntoma	125
El doble vínculo como herramienta de la psicoterapia	128
Cambia de punto de vista y cambiarás la realidad	136
La ilusión de alternativas	137
Otros tipos de intervenciones sistémicas	142
La terapia centrada en las soluciones	145
Las preguntas de estilo	148
El trabajo con las excepciones	152
Las intervenciones en la secuencia de hechos	157
Capítulo 5. La ontología del lenguaje	165
Hija de una separación	165

Postulados y principios de la ontología del lenguaje	167
Los actos lingüísticos generan y transforman la realidad	170
Describir el mundo que nos rodea	171
La construcción del mundo que nos rodea	173
La reconstrucción cooperativa de nuestro mundo común	174
Pedir y ofrecer para llegar a ser	176
El resbaladizo mundo de los juicios	179
Aplicación de la ontología del lenguaje en la psicoterapia	
Gestalt	181
Capítulo 6. El modelo comunicacional constructivista	189
El constructivismo llega a la psicoterapia	195
Pacientes y terapeutas: narradores de historias	199
La moviola o cómo ser los directores en la película de nuestra vida	212
Representar roles para ampliar el mundo	216
Capítulo 7. Las neurociencias del diálogo psicoterapéutico	221
Un camino largo y sinuoso	221
Cerebro y psicoterapia	224
Agradecimientos	229
Bibliografía	233
Acercas del autor	239

Capítulo 1

Aspectos generales de la comunicación verbal

Usar las mismas palabras no es garantía suficiente de entenderse; debemos usar las mismas palabras para el mismo género de experiencia interior; finalmente debemos tener en común las propias experiencias.

Friedrich Wilhelm Nietzsche

La historia de la investigación científica en el siglo XIX nos muestra una tendencia al estudio de áreas progresivamente más pequeñas en cuanto a su organización y función. En fisiología los científicos se abocaban a la comprensión de la circulación, la respiración y la digestión como si estas estuviesen dissociadas unas de otras; los psiquiatras se preocupaban predominantemente de las alteraciones del pensamiento, los sentimientos y la acción; los psicólogos hacían lo mismo con la percepción, la expresión y la asociación; los antropólogos construían tipologías culturales; los lingüistas estudiaban los códigos del lenguaje y los sociólogos analizaban las estructuras sociales (Reusch, 1982). En este marco encuentra su pleno sentido el desarrollo del psicoanálisis como disciplina psicoterapéutica. Basado en la concepción cartesiana de las ciencias, el psicoanálisis surge como una manifestación determinista, mecanicista y objetivista de la “curación por medio de la palabra”. El uso de la palabra, en ese momento, estaba también influido por la fragmentación analítica, que promulgaba que para comprender bien un fenómeno era menester descomponerlo en sus elementos atómicos, en sus unidades fundamentales, para, al acceder a la comprensión profunda de cada uno de estos, poder hacerse con el entendimiento de la esencia completa del fenómeno. Sin embargo, tal como dice Lynne Kelly, citada por Reusch:

No siempre nos acercamos más a la verdad cuando cortamos, homogeneizamos y aislamos, es decir, lo que ganamos en precisión y con el control riguroso de las variables, hace que a veces perdamos también en importancia respecto a la función normal y, en el caso de determinadas enfermedades o problemas, el proceso fundamental a menudo puede perderse en el corte (Reusch 1982).

A mitad del siguiente siglo, el xx, imperaba una noción bastante diferente. La síntesis kantiana impulsaba a las ciencias a la unificación de sus tesis y sus antítesis, dando espacio a un humanismo que promulgaba orgullosamente haber descubierto que el *todo* es mucho más que la suma de sus partes. La psicoterapia Gestalt se inscribe gustosa y cómodamente dentro de esta concepción. La visión holística del hombre y el énfasis en las interrelaciones humanas, aspectos que considera fundamentales, le hacen preferir ampliamente este marco referencial. La psicoterapia cobra otra connotación y utiliza la comunicación para ya no solo curar un trastorno específico, sino para lograr además la integración de la personalidad disgregada de los pacientes y para propiciar el máximo desarrollo de sus potencialidades.

Ahora, en los albores del siglo xxi, la comunicación ha avanzado de manera insospechada y ciertamente asombrosa; sin embargo, no se ha alejado de ninguna manera de los postulados de la psicoterapia Gestalt. Las ciencias de la comunicación han trascendido gran parte de sus conceptos al incorporar procesos y conocimientos aportados por la *teoría general de sistemas* y por la *cibernética*, ciencias a las que dedicaré más espacio en próximos capítulos de este libro. La comunicación se define en los actuales momentos como el proceso por el cual se unen las partes discontinuas del mundo viviente entre sí, lo cual implica que está destinada a integrar, a dar unicidad y coherencia al mundo humano y a la mente que lo crea. Nada más gestáltico puede ocurrírseme como definición.

Corrían los años sesenta del siglo pasado cuando un grupo de paleoantropólogos integrado por el keniano de origen británico Louis Seymour Bazett Leakey, su esposa Mary, y Jonathan, el hijo de ambos, encontraron en el desfiladero de Olduvai, en la actual Tanzania, los restos del más antiguo integrante del género *Homo*. Estos restos se encontraban acompañados de una buena cantidad de pequeños objetos manufacturados, por lo que estos parientes recibieron el nombre de *Homo habilis*. Su cerebro voluminoso, casi la mitad del de un ser humano actual, y la configuración de su mandíbula indican que hace ya un millón 800 mil años estos seres eran capaces de emitir una gran cantidad de sonidos y quizás hasta de haber articulado un sencillo lenguaje. Lo que se desprendió en forma indudable de estos hallazgos es que el *Homo habilis* había ya estructurado una organización social.

En el Paleolítico, entre 150 mil y 75 mil años a. C., la evolución condujo a nuestra especie al estadio del hombre de Neandertal, cuyos restos se han encontrado abundantemente acompañados de piedras talladas en forma de puntas de flecha y objetos cortantes. Se sabe que habían desarrollado

utensilios de hueso, enterraban a sus muertos y utilizaban el fuego. Los antropólogos han hecho hallazgos en yacimientos de la época de la cultura musteriense que los han llevado a concluir que el hombre de Neanderthal podía hablar. Finalmente, hace más o menos 50 mil años, apareció el *Homo sapiens*, especie bien documentada arqueológica y antropológicamente, de la que se puede asegurar que utilizaba arcos y lanzas para cazar, eran grandes fabricantes de utensilios utilitarios y ornamentales y vivían en cuevas que decoraban profusamente. Los *Homo sapiens* hace 50 mil años poseían ciertamente las características físicas que le permitían comunicarse entre ellos.

“En el principio era el verbo y el verbo era con Dios, y el verbo era Dios”, inicia el evangelio según Juan. La palabra es divina en tanto es una manifestación de Dios y Dios accede a la divinidad por medio de la palabra. La palabra ha tenido siempre una especial importancia para el ser humano, como se desprende de la historia bíblica de la Torre de Babel. La palabra unifica y nos equipara a los dioses, la palabra nos disgrega y nos hunde en el aislamiento y la locura. Con la psicoterapia ha ocurrido algo similar a lo que pasó con la torre cuya construcción se inició en la llanura de Senaar: las lenguas de los psicoterapeutas se confundieron y comenzaron cada uno, desde su área de conocimiento, a llamar a las mismas cosas con diferentes nombres, de tal forma que aislados de esta manera solo pudieron discrepar y discutir sobre un terreno que en el fondo está lleno de acuerdos. Quizás resulte pretencioso decir que con este trabajo busco unificar nuevamente dichas lenguas, pero puedo asegurar que pretendo hacer al menos un buen intento.

Consideraciones generales sobre la comunicación

Existe una serie de consideraciones de importancia crucial que todo psicoterapeuta ha de conocer acerca de la comunicación, independientemente del modelo psicoterapéutico al que se haya adherido, y que son particularmente importantes para los gestaltistas.

En primer lugar, es preciso saber que la comunicación es continua, es un proceso. En la psicoterapia esta comienza cuando el paciente y el terapeuta se encuentran por primera vez, sea con un breve contacto telefónico para intercambiar información y precisar los detalles del trabajo, o el pri-

Capítulo 4

La teoría sistémica de la comunicación

Quien acude a nosotros en busca de ayuda es porque, de alguna manera, sufre bajo el peso de su relación con el mundo. Con esto quiere decirse... que sufre bajo el peso de su concepción o imagen del mundo, bajo la no resuelta contradicción entre lo que las cosas son y lo que, de acuerdo con su visión del mundo, deberían ser.

Paul Watzlawick

En la tranquila ciudad de Palo Alto, cerca de la bahía de San Francisco, en California, en 1959 se estaba creando una extraña asociación que habría de producir una de las más revolucionarias concepciones acerca de la comunicación humana. Bajo la iniciativa del psiquiatra estadounidense Don Jackson se fundó el Mental Research Institute (MRI), donde, en busca de una nueva y más efectiva manera de tratar a los pacientes aquejados de conflictos mentales, se llegaría a aplicar al comportamiento humano algunas de las más recientes teorías de la ciencia, como la *teoría general de los sistemas*, la *cibernética*, la *teoría interaccional* y el *constructivismo*. Bajo esta propuesta de Jackson se agrupó una muy selecta cantidad de profesionales entre los que se encontraban Gregory Bateson, Jay Haley, John Weakland, Paul Watzlawick, Richard Fisch y Virginia Satir. Contaron, para su gran ventura, con la asesoría y frecuente colaboración de Milton H. Erickson. Tras cientos de horas de trabajo y habiendo producido montones de artículos, libros, transcripciones y cintas de audio y video, quienes fueron conocidos como el Grupo de Palo Alto crearon el primer modelo de terapia familiar y más tarde un eficaz modelo de psicoterapias breves. De todo este esfuerzo surgió también una novedosa y mundialmente influyente teoría de la comunicación.

Dos de los más relevantes predecesores de este movimiento fueron Norbert Wiener, un matemático de Missouri conocido como el fundador de la *cibernética*, y Karl Ludwig von Bertalanffy, quien formuló la *teoría general de los sistemas*. El libro de Wiener, *Cibernética o el control y comunicación en animales y máquinas*, fue publicado en 1948 e influyó de muy diversas maneras en la mayoría de las ciencias existentes. Entre los muchos científicos inspirados por la *cibernética* se encontraba un genial antropólogo

especialista en comunicación: Gregory Bateson, quien también fue un conocedor de la obra de Von Bertalanffy y uno de los pensadores allegados al Grupo de Palo Alto.

La cibernética, concebida como una ciencia interdisciplinaria que trata de los sistemas de comunicación y control en los organismos vivos y en las máquinas, se desarrolló a partir de una investigación de los métodos por los cuales la información se transforma en actuación, sea esta deseada o indeseada.

Según Norbert Wiener, el principio de la “caja negra”⁹ y los distintos modelos conductistas habían llegado a un callejón sin salida a partir del cual era imposible explicar la naturaleza compleja de la conducta humana. Fue Wiener (1948-1998) el primero en postular que los síntomas psicológicos eran una forma de comunicación y en mostrarnos los trastornos mentales como enfermedades de la comunicación.

Por su parte, la *teoría general de los sistemas* plantea una visión de los organismos vivos como entes activos y nunca como organismos pasivos o reactivos. Esta última era la visión imperante en la ciencia del momento, expresada en la psicología conductista de esa época. Von Bertalanffy planteó una teoría holística de la vida y la naturaleza a la que se opusieron los biólogos experimentales, que pensaban que todos los procesos de que eran partícipes los seres vivos podían ser reducidos, simplificados y explicados en términos de la actividad física y química de los niveles subcelulares. Este autor planteó una visión organicista similar a la que sostenía Kurt Goldstein, psicólogo de la Gestalt. Determinar si Von Bertalanffy influyó sobre la psicología de la Gestalt o si fue influido por ella y en qué medida es hoy una labor casi imposible de realizar. Sin embargo, lo importante es constatar hasta qué punto sus trabajos tempranos se asemejan a la visión de Goldstein, cuando este aseguraba que el organismo funciona como un todo y la enfermedad lo modifica también en su totalidad. La visión organicista de Von Bertalanffy fue el fundamento de la *teoría general de los sistemas*. La concepción organicista veía a todos los organismos como sistemas

⁹ Metáfora utilizada para referirse a un elemento o suceso de un sistema que se halla u ocurre entre la entrada (*input*) y la salida (*output*), introducida en psicología por los miembros de la corriente conductual para señalar lo que ocurre entre el estímulo que obra sobre un individuo y la respuesta o conducta que este genera. Dentro de la “caja negra” se encuentran todos los fenómenos no observables, y por lo tanto no medibles en forma directa o con instrumentos científicos, que son puestos en acción por los estímulos ambientales y que generan un comportamiento dado. Entre estos fenómenos se encuentran los afectos, sentimientos, pensamientos, deseos, prejuicios, creencias e ideas que operan dentro del individuo.

autoorganizados regidos por un grupo de leyes fundamentales, que eran comunes a todos los sistemas biológicos a cualquier nivel de organización. Esta concepción sistémica se convirtió en una metateoría de las ciencias, pues Von Bertalanffy traspasó los límites de la biología para entrar en los terrenos de la psicología, la sociología, la historia, la filosofía, etcétera, postulando una concepción humanista de la naturaleza del hombre, opuesta a los postulados mecanicistas (Bertalanffy 1969-1987).

A pesar de que el libro *Teoría general de los sistemas* de Von Bertalanffy vio la luz tardíamente en 1969, es decir, cerca de 20 años después de que el autor desarrollara los conceptos iniciales de su propuesta, este fue precedido por numerosas publicaciones, como *Zu einer allgemeinen Systemlehre*¹⁰ en 1949, *The Theory of Open Systems in Physics and Biology*¹¹ y *An Outline of General System Theory*¹² al año siguiente, y *General system theory - A new approach to unity of science*¹³ en 1951, de tal manera que la información se encontraba circulando en revistas como *Biologia Generalis*, *British Journal for the Philosophy of Science*, *Science* y *Human Biology*. Quienes se toparon con esta información fueron rápidamente sorprendidos e influenciados por su repercusión en la comprensión del ser humano y la forma en que este estructura su realidad y su manera de estar en el mundo.

Esta breve introducción muestra qué tan cerca se encuentra la psicoterapia Gestalt de las fuentes de las que se nutrió el pensamiento sistémico, y por qué los desarrollos realizados por este pueden ser tan fácilmente incorporados dentro de nuestra metodología.

Una teoría de la comunicación humana

Las investigaciones realizadas por el Grupo de Palo Alto dieron lugar a una serie de conclusiones acerca de la comunicación que han impactado profundamente el mundo de la pragmática,¹⁴ planteadas en 1967 en un libro de Paul Watzlawick, Janet Beavin y Don Jackson (1967-1997) que lleva el explícito nombre de *Teoría de la comunicación humana*. En esta obra se

¹⁰ Para una teoría general de los sistemas.

¹¹ Teoría de los sistemas abiertos en física y biología.

¹² Bosquejo de la teoría general de los sistemas.

¹³ Teoría general de los sistemas: un nuevo enfoque para la unidad de la ciencia.

¹⁴ Se trata de un enfoque de la lingüística que ha integrado el estudio del lenguaje, el uso que de él hacen quienes hablan y las situaciones en las que este lenguaje es utilizado.

Capítulo 5

La ontología del lenguaje

No existe otro camino que el del lenguaje;
fuera del lenguaje no existe un lugar en el que
podamos apoyarnos. Los seres humanos
vivimos en un mundo lingüístico.
Rafael Echeverría

Hija de una separación

Algunos modelos teóricos a los que me he referido a lo largo de este libro son producto de la agrupación de brillantes profesionales de áreas diversas, cuyos genios coincidieron para crear una comprensión diferente de la realidad existente. La *ontología del lenguaje* es, por el contrario, el producto de una separación.

A mediados de los años ochenta Rafael Echeverría, sociólogo de formación y filósofo de corazón nacido en Chile, se encontraba realizando una investigación sobre el concepto de *trabajo*, esta lo llevó a revisar algunos escritos de un coterráneo con el que había compartido en los años sesenta algunos momentos de trabajo y reflexión durante la reforma universitaria propiciada por el movimiento estudiantil en la Universidad Católica de Chile. El autor de estos ensayos era Fernando Flores, ingeniero comercial y doctor en filosofía del lenguaje por la Universidad de Berkeley, ministro del gabinete del presidente chileno Salvador Allende, quien tras el derrocamiento de este último por el régimen militar encabezado por Augusto Pinochet, fue preso político durante tres años. Tras salir de prisión se exilió en California, Estados Unidos, y se dedicó a la aplicación empresarial de sus desarrollos académicos en relación con el lenguaje.

La tesis sostenida en los trabajos de Flores (Echeverría, 2000) se arraiga profundamente en el pensamiento contemporáneo y hace converger brillantemente los alcances de dos senderos del movimiento filosófico occidental. La primera corriente remonta a las reflexiones de Nietzsche, Heidegger y Buber, todos ellos ampliamente conocidos por quienes de-

sarrollaron los conceptos que fundamentan la psicoterapia Gestalt y por quienes ahora la practicamos. La parte de la obra de estos filósofos que interesó a Flores fue la surgida de sus observaciones en torno al concepto del *ser*: los humanos somos la única especie que se hace preguntas y aventura respuestas sobre el significado de ser. Y esto es precisamente la *ontología*, la ciencia que estudia lo que es en tanto que es y existe. Podríamos simplificar asegurando que es la *teoría del ser*, o lo que es lo mismo, el estudio de todo lo que es y de las categorías fundamentales en que las cosas son a partir de la comprensión de sus propiedades. La ontología se ocupa de definir el ser y de explicar qué es, cómo es y cómo es posible este.

La segunda corriente emana de las especulaciones de los filósofos Ludwig Wittgenstein y John Langshaw Austin en torno al lenguaje y el uso que los humanos hacemos de él. Estos pensadores rompen con la visión tradicional existente para su época, que consideraba al lenguaje como un instrumento pasivo con el cual las personas describen el mundo que les rodea y transmiten o comunican a los demás su percepción y los pensamientos y sentimientos que de ellos surgen con relación a este. Para Wittgenstein y Austin el lenguaje es activo y generativo, es decir, que por medio del lenguaje actuamos transformando nuestra realidad, nuestra identidad y construyendo nuestro futuro (Wittgenstein 1923-2003). De hecho, fue Austin en su libro *Cómo hacer cosas con palabras* (1962-1982), publicado póstumamente en 1962 y que recoge una serie de conferencias dictadas en 1955 en la Universidad de Harvard, quien introdujo el concepto de *actos del habla* que Echeverría convertiría en el punto central de su trabajo para desarrollar la ontología del lenguaje. Flores hizo gran hincapié en la función de las *conversaciones para la acción*, derivadas de los *actos del habla* de Austin: actos como las solicitudes, las promesas y los compromisos, responsables de la coordinación social de las relaciones entre los seres humanos y sus semejantes.

De regreso con Rafael Echeverría, al que dejamos frente a los escritos de Flores, cuando leyó la forma en que sintetizaba dichas propuestas filosóficas, que frecuentemente habían sido consideradas antagónicas, previó su aplicación en el mundo de lo real y fáctico, y decidió mudarse a California para trabajar en una de las empresas fundadas por Fernando Flores en el paraíso de la costa oeste estadounidense. Echeverría reconoció la importante influencia de Flores en su pensamiento de esa época y en sus alcances ulteriores.

Flores podría ser acreditado también como fundador de la ontología del lenguaje, salvo por el hecho de que no la llama así. El esfuerzo de síntesis que propuso Flores es llamado *diseño ontológico*: en él ya se encuentran, en

grados diversos de desarrollo, muchos de los postulados básicos de lo que más tarde tomará el nombre de ontología del lenguaje (Echeverría, 2000).

En 1989 Fernando Flores decidió abandonar sus trabajos filosóficos teóricos y dedicarse de lleno a la aplicación de sus desarrollos en el área de la consultoría de negocios. Un año más tarde Echeverría renunció a su trabajo con Flores y para dedicarse a culminar lo que entendió como la obra inconclusa de este último.

Ya por su cuenta, Echeverría entrelazó los postulados teóricos sobre los que había venido trabajando con los planteamientos del biólogo y filósofo Humberto Maturana. La ontología del lenguaje es portadora de la intensa influencia del pensamiento de Maturana, ampliamente conocido por su innovador trabajo con Francisco Varela, con quien desarrolló en los años setenta el concepto de *autopoiesis*. La autopoiesis plantea que los sistemas vivos están organizados como sistemas cerrados capaces de generar los componentes que los constituyen. Maturana desarrolló las bases de la *biología del conocer*, por medio de la cual explicó la forma en que funcionan los seres vivos, determinados por su estructura constituyente y ateniéndose al hecho de ser sistemas cerrados.

Los aspectos que más interesaron a Echeverría están relacionados con otro elemento de las reflexiones de Maturana. Este se había dedicado a disertar sobre el tema del ser: para él, preguntar acerca del ser suponía la existencia de una realidad objetiva independiente de los efectos de la presencia del observador. Maturana propuso cambiar el énfasis del *ser* al *hacer*, ya que de esta manera el centro de interés es el individuo que con sus operaciones de distinción, realizadas por medio del lenguaje —el otro tema que interesaba a Echeverría—, impregnó los objetos de su mundo de un sentido o significado del que se deriva la realidad.

Es así como de la separación de los caminos de Flores, quien posteriormente regresó a Chile a ejercer un cargo como senador de la República, y Rafael Echeverría, que para los momentos desarrollaba una intensa actividad como consultor, nació y se definió una herramienta de gran utilidad para el campo de la psicoterapia.

Postulados y principios de la ontología del lenguaje

No creo que quepa ninguna duda de que los humanos somos seres intrínsecamente lingüísticos. La adquisición y desarrollo del lenguaje nos ha deter-

minado de tal manera que resulta muy difícil imaginar qué camino evolutivo hubiésemos seguido en ausencia de este rasgo característico de nuestra especie. De hecho, la aparición del lenguaje como una función del cerebro ocasionó modificaciones en este órgano y en la manera en que interactúa con el mundo que le rodea, dotando al ser humano de una serie ampliada de capacidades que se han establecido como definitorias de la especie.

Echeverría es un pensador meticuloso y poco amigo de los reduccionismos, sin embargo, por razones didácticas, ha hecho unas pocas y muy precisas concesiones a la hora de plantear la ontología del lenguaje de una manera clara. Este modelo de comprensión del lenguaje, o más exactamente del ser humano considerado como organismo hablante, se basa en los tres postulados básicos y los dos principios generales que voy a describir a continuación y que fueron planteados por Echeverría en 1994 (1994-2005).

El primero de los postulados declara que los seres humanos han de ser interpretados como seres lingüísticos. Echeverría reconoce que los seres humanos somos multidimensionales. Que nos expresamos y desarrollamos en tres dominios: el del cuerpo, el de las emociones y el del lenguaje, siendo este último el que hace de nosotros lo que somos, ya que el lenguaje es la clave para la comprensión de todos los fenómenos de los que formamos parte. Todo lo que ocurre en el dominio del cuerpo, o lo que es lo mismo, en el de la acción y en el de las emociones, es comprendido y puesto en común con los otros seres humanos mediante el lenguaje. El lenguaje es el medio por el cual dotamos de sentido todo cuanto forma parte de nuestra existencia, explicamos e invertimos de significado nuestro mundo. Podemos aseverar que con el lenguaje construimos nuestra realidad o la comprensión que de ella tenemos. Las personas, como afirma Echeverría, habitamos en el lenguaje.

El segundo postulado nos lleva a interpretar el lenguaje como generativo. Este planteamiento implica renunciar a las maneras tradicionales de entender el lenguaje. Las clásicas teorías comunicacionales sostenían que era una suerte de herramienta que el ser humano utilizaba para describir la realidad externa o interna en la que se desenvolvía, un instrumento que nos permitía explicar a otros nuestras impresiones y experiencias de una realidad preexistente, o la manera como esta nos afectaba. Para la ontología del lenguaje, es más que un instrumento comunicacional. El lenguaje es un generador de realidades: hace que sucedan cosas, crea realidades nuevas para el hablante y para los que se vinculan con él por medio del lenguaje. Si ofrecemos matrimonio a alguien o lo invitamos a participar en un

proyecto determinado, le estamos ofreciendo una realidad que para él o ella no existía hasta ese momento, y esta persona, al aceptar o negarse, está planteando también nuevas realidades para sí misma y para quien hace la oferta. De igual manera somos capaces de construirnos una identidad mediante el lenguaje, que nos permite autodefinirnos modificando la forma en que nos percibimos y en la que nos perciben los demás. Como vemos, este postulado exige que abracemos una nueva concepción del lenguaje y también de la realidad. El primero será una acción que hace realidades y la segunda no algo independiente y anterior al lenguaje, sino en muchas ocasiones una consecuencia de este. Así transformamos nuestro presente y construimos nuestro futuro.

El tercer postulado es una derivación lógica de los dos anteriores. Si interpretamos a los seres humanos como seres lingüísticos y al lenguaje como una forma de generar realidades, entonces tendremos que interpretar también al ser humano como alguien capaz de crear realidades y de crearse a sí mismo en y por medio del lenguaje. Entendemos que esto representa una ruptura profunda con la manera tradicional de entender al hombre y a la mujer, sin embargo, no resultará extraño para alguien que conozca la filosofía inherente a la psicoterapia gestáltica. No podemos seguir viendo al ser humano como un individuo portador de una manera de ser predefinida que viene a encontrar expresión en el mundo que va a habitar, sino como un organismo dotado de unas potencialidades enormes que va a interactuar con su entorno en función de inventarse y construirse a sí mismo. El medio por el cual esto será posible es precisamente el lenguaje, el medio que cataliza y consolida cada transformación. La naturaleza humana es, entonces, la transformación.

Si los sopesamos detenidamente, vemos que estos postulados son profundamente gestálticos y cónsonos con nuestra manera de entender el mundo, a los seres humanos y el proceso psicoterapéutico. Cada proceso psicoterapéutico, cada intervención gestáltica, está orientada a que el paciente recree su realidad y se recree a sí mismo como objeto y sujeto de ella.

En cuanto a los principios generales, el primero de ellos plantea que los seres humanos no sabemos cómo son las cosas entre las que nos movemos, solo sabemos cómo las observamos o cómo las interpretamos. Vivimos, a decir de Echeverría (1994-2005), en mundos interpretativos. Nuestros órganos de los sentidos no nos permiten acceder a la realidad exterior tal como es, no disponemos de los mecanismos biológicos para tal tipo de percepción. Nuestros sentidos nos proporcionan una percepción determinada

por sus propias características estructurales, de manera que lo que un ser humano percibe está primariamente determinado por su estructura y secundariamente por sus experiencias. De esto se deriva la necesidad de renunciar a la pretensión de conocer la verdad y aceptar que la realidad, tal como ya he planteado en otras partes de este libro y como profundizaré en el capítulo sobre constructivismo, es una elaboración, un invento, una construcción de cada individuo. Esto debe generar como consecuencia que, como plantean los movimientos humanistas, el centro de atención ha de desplazarse desde la realidad o la verdad hacia el ser humano que las construye. Un postulado científico, una observación o un juicio sobre el mundo nos dice más sobre la persona que lo postula que sobre el segmento del mundo sobre el cual esa persona se está pronunciando. Pretendiendo informar sobre el mundo, lo que logra es informarnos acerca de su manera de ver y entender al mundo.

El segundo de estos postulados revela que los seres humanos actuamos no solamente de acuerdo a como somos, sino que también somos de acuerdo a como actuamos. Dice Echeverría que la acción genera ser, es decir, que lo que somos está relacionado con lo que hacemos. Las acciones que realizamos no son solamente los productos de nuestra forma de ser, también somos el producto de nuestras acciones, de tal manera que cuando realizamos acciones diferentes devenimos en personas distintas.

Estos postulados y principios no han de resultar sorprendentes ni innovadores a quienes hayan seguido el desarrollo de este trabajo hasta aquí. Ya han sido planteados con anterioridad en otras secciones de este libro, tal vez expresados de manera diferente, pero revelan nuevamente lo acertado de los planteamientos gestálticos acerca del trabajo psicoterapéutico en el que el individuo, su experiencia y su impresión del mundo son el centro. Cuando decimos que en psicoterapia Gestalt el cambio no se da cuando el individuo comprende algo por medio de un *insight* sino cuando vive, nos referimos al poder transformador de la acción tal como plantea Echeverría y como profundizan los pensadores constructivistas, cuyos planteamientos expondré posteriormente.

Los actos lingüísticos generan y transforman la realidad

Ya mencioné anteriormente que Echeverría había sido influido por las concepciones lingüísticas de Wittgenstein y de Austin, y que fue este último quien acuñó el concepto de los *actos del habla*. Posteriormente un