

COMENTARIO DE ARTÍCULO

CON UN FILÓSOFO EN EL CONSULTORIO¹

Autor: Ricardo Aranovich

(Rev GPU 2011; 7; 2: 163-164)

Jorge Acevedo Guerra²

El filósofo al que se refiere el psiquiatra argentino Ricardo Aranovich es José Ortega y Gasset, cuyo pensamiento, según él, podría ser muy fecundo en el ámbito psicoterapéutico. En primer lugar, llama la atención la interesante distinción que hace entre tarea psicoterapéutica en sí y orientación psicoterapéutica (p. 132). Parecería que en muchos casos lo que se requiere es orientación. En Ortega hay muchas referencias a la desorientación y a la orientación y, por tanto, su pensamiento puede ser una verdadera cantera de ideas al respecto.

Por otra parte, es interesante su observación acerca de la aplicación que hace el psicoterapeuta de una filosofía, aunque no se dé cuenta de ello. La descripción de la filosofía frecuentemente aplicada es muy incisiva: se trataría de un depósito aluvional, integrado "en diferentes proporciones según sea el caso, por una mezcla poco coherente de racionalismo, positivismo y biologicismo, con algo de Darwin y una pizca de Pavlov" (*Ibidem*, en nota). Frente a tal "filosofía", es claro que la de Ortega mostraría clara superioridad.

Asume creativamente la idea orteguiana según la cual nuestro cuerpo y nuestra psique forman parte de la circunstancia inherente a la vida humana. "¿Qué función ejerce un psiquiatra al medicar a un paciente? ¿Actúa sobre el cuerpo y la mente, o sea sobre la circunstancia, de idéntico modo que si indicara un

régimen de vida, un cambio ambiental o lo que fuera?" (p. 134)

También es de gran interés el concepto de razón vital que presenta: la razón al servicio de la vida (pp. 134 s.). La relación entre proyecto de vida, vocación y autenticidad es muy significativa y la hace resaltar con gran acierto (pp. 135 s.). Por cierto, el contraste que hace entre el psicoanálisis freudiano y la postura de Ortega llama la atención: la represión de la autenticidad puede ser tanto o más funesta que la represión sexual.

Su referencia al estrés es de especial importancia, al entenderlo desde los conceptos de ensimismamiento y alteración. "A la alteración se debe, más que a otra cosa, el tan promocionado *estrés*. Así, en lo laboral éste puede provenir de la necesidad de desempeñar una tarea no elegida ni deseada, que se siente como ajena a uno. Esa tarea que en el fondo no aceptamos, que es el fruto de una imposición, tiene que ser realizada, con un solo y excluyente objetivo, la paga" (p. 136). Sin duda, su comentario ulterior para hacer frente a la situación de estrés mediante el ensimismamiento es muy fecundo.

"Hemos perdido el rumbo –dice–, en la vana esperanza de soluciones colectivas, de las que únicamente se deriva 'alteración'" (p. 136). Hago notar, en efecto, que la mecánica social no podrá nunca solucionar nuestros problemas personales; inclusive, cuando

¹ Aranovich, Ricardo. "Con un filósofo en el consultorio". Revista *Acta psiquiátrica y psicológica de América Latina* Vol. 56, N° 2, Buenos Aires, Junio de 2010; pp. 132-141.

² Profesor Titular de la Universidad de Chile (Facultad de Filosofía y Humanidades, Departamento de Filosofía). Correo electrónico: joaceved@gmail.com

esa mecánica sea la mejor, es decir –siguiendo a Ortega–, la menos mala.

Entender una serie de trastornos desde los conceptos de creencia, idea y duda vital parece acertado. Así, la crisis vital es clave de intelección de la ansiedad y de la parálisis existencial. “Si bien en este terreno toda generalización es abusiva, me permito sugerir que la mayoría de las particulares situaciones conflictivas que jalonan la existencia, por no decir todas, expresan conflictos entre creencias; en particular las que tenemos sobre nosotros mismos” (p. 137).

“El proyecto mismo forma parte de las creencias” (*Ibidem*). Lo que Aranovich indica es muy perspicaz. A veces los textos de Ortega pueden llevar a pensar que el proyecto está formado más bien de ideas, como cuando nos describe como novelistas de nosotros mismos.

En la p. 138 enumera una serie de trastornos tratados usualmente por psiquiatras que pueden ser entendidos desde la crisis vital y desde la crisis del proyecto vital: 1) Depresión: crisis del proyecto “profunda y prolongada”. 2) Trastorno de ansiedad: crisis del proyecto “acompañada por una sensación de hallarse en peligro y por agudos temores”. 3 y 4) Fobia (en ocasiones, estado paranoide): la persona se afirma “irracionalmente en determinada creencia a contrapelo de la realidad”. 5) Trastorno obsesivo: la persona no es capaz “de hacer pie en alguna creencia”, y busca “la sensación de certeza en las ideas”. 6) Psicosis o delirio: la persona busca la coincidencia consigo misma fuera de la cultura –esto es, fuera de las creencias colectivas y, por tanto, compartidas que nos constituyen radicalmente–, y se sume en un mundo particular. 7) Trastorno por estrés post-traumático: se produce tras el trauma, es decir, tras la “brusca ruptura de una creencia, aunque más no sea la de que eso (esas cosas desagradables) sólo les puede pasar a los demás”.

Los ejemplos que da en el paso de la página 137 a la siguiente –más de una docena– ilustran muy bien la teoría. A propósito de situaciones de pérdida: el hombre de negocios, el cónyuge, la mujer, el ejecutivo, el anciano, el diplomado universitario, el niño, la hija. A propósito de otras situaciones: hay también un “contar con” –inherente a las creencias– respecto de los logros y galardones que esperamos conseguir, el respeto que suponemos merecer, la consideración que a nuestro entender nos deben nuestros semejantes, las facilidades y dificultades que esperamos encontrar (o evitar) en nuestra existencia futura, cómo será esa vida cuando llegemos a *tal* altura. El concepto de “contar con” –por

tanto, el de confianza–, es llevado a diversos planos y situaciones vitales con excepcional creatividad.

A continuación pone en juego el concepto de revelación, que puede entenderse como *alétheia*, desocultamiento, verdad. Y esto se hace tanto en el plano histórico como en el personal. Al entrecruzar ambos planos se hace cargo de que no se dan separados sino, precisamente, enlazados. En principio, separarlos por completo es un error. “Durante el curso de un proceso terapéutico pueden producirse reiteradas revelaciones, que no son sino un caso más de modificaciones de creencias. Desde ya que la modificación debe ser la meta de toda intervención, pues *modificar creencias es cambiar conductas*. Todos los recursos pueden ser válidos: el diálogo, los estados de imaginación, la meditación, la simple persuasión o el evocar a quienes ya habían pensado a fondo los temas en los que el consultante cree ser original y único. Estos métodos, o cualquier otro ya conocido o aun por inventarse, tienen como común denominador su acción sobre las creencias. Entiendo que todos ellos, finalmente, descansan sobre el diálogo como principal herramienta” (pp. 139 s.). Estas reflexiones sobre el método psicoterapéutico son valiosas; la psicoterapia tiene por finalidad alcanzar el bienestar del consultante, sacándolo de su sufrimiento. Cualquier método que cumpla esta función es bienvenido; no obstante, el diálogo es la base de ellos. No hay aquí, pues, ninguna ortodoxia metodológica sino una apertura a todos los caminos que conduzcan a la meta.

La esperanza es tratada hacia el final. “Toda intervención interpersonal debe tender a la esperanza; a recuperarla, mantenerla o promoverla, o todo eso a la vez. Ello es particularmente válido en el campo de la psicoterapia. La coincidencia consigo mismo, el encajar en sí mismo, es la condición necesaria para mantener y acrecentar la esperanza. [...] En efecto, el acuerdo consigo mismo, en el que es imprescindible la sensación de estar haciendo lo que corresponde ante la situación, disminuye la angustia y sostiene la esperanza” (pp. 140 s.).

“Me permito sugerir la posibilidad de construir, a partir de estos conceptos, un verdadero programa terapéutico” (p. 140). Creo que su apretada síntesis es un inmejorable punto de partida para ello. Digo apretada síntesis pues se ve que tras ella hay largos desarrollos que ya están hechos, pero que no son presentados en esta ocasión. En efecto, el doctor Aranovich es autor de *¿Quién se robó mi entusiasmo?* –Ed. Atlántida, Buenos Aires, 2009–, y de otras obras inspiradas en el pensamiento de Ortega.