

LOS VALORES DE LA PSICOTERAPIA MODERNA: DESARROLLO Y CRISIS

Antonio Semerari

II Centro di Psicoterapia Cognitiva, Roma.

Modern psychotherapy is based on three fundamental normative principles: to fight pain, to favour free-expression of the self, to research the truth.

The first of these principles comes from the Hippocratic tradition, the other two have become part of the nineteenth century medicine with the birth of modern psychotherapy.

The present development has evidenced the contradictions between these principles: the crisis of the principle about the expression of the self and the need of a better definition of the principles about the research of truth.

A short history of this development and his crisis will be presented together with an hypothesis on a possible solution.

PSICOTERAPIA Y MEDICINA

Una de las permanentes ambigüedades de la psicoterapia hace referencia a su origen, derivado de la medicina. No se trata tan sólo de un problema relativo al origen de la psicoterapia, sino también de reconocer que ésta lleva impreso en su código genético un sistema de valores, de estrategias cognitivas, de criterios de relevancia, provenientes de aquella cultura que Hipócrates distinguió de la práctica religiosa y chamánica, cuyo apogeo coincidió justamente con el período en el cual surgió la psicoterapia moderna a fines del XIX y a los inicios del siglo XX. Es más, intentaré mostrar cómo el nacimiento de la psicoterapia es uno de los signos del triunfo de la medicina a finales del siglo pasado. En aquel momento la medicina había absorbido prácticas y culturas, valores y objetivos extraños a ella misma hasta aquel entonces, creando de este modo en su seno tensiones y conflictos de valores, de los cuales la psicoterapia moderna puede verse como el elemento más representativo y que los refleja con más claridad.

(Págs. 5-16)

ETICA Y DEONTOLOGIA EN LA MEDICINA HIPOCRATICA

Un aspecto del código genético de la medicina transmitido a la psicoterapia es el de combatir el dolor humano. Combatir el dolor humano es el objetivo básico de la antigua arte médica, objetivo que exige a quien lo persigue una determinada actitud interior. Hablando de los textos clásicos es importante detenerse en el término “hombre”, cuyo dolor es obligación del médico combatir. En los textos hipocráticos como en toda la medicina clásica están ausentes algunas distinciones que eran, sin embargo, fundamentales en aquella cultura. No se hace distinción entre libre y esclavo, entre ciudadano y extranjero, entre hombre y mujer, entre griego (romano) y bárbaro. El término que más se repite es *antrophos* (“ser humano”), aplicable a todos los seres humanos en cuanto sujetos de sufrimiento. Podríamos decir que el humanismo hipocrático es el humanismo del dolor. Es intrínseca la disposición al dolor de los seres humanos, lo que les hace, en primer lugar, dignos de respeto y que nos obliga moralmente a tomar cuidado de ellos. Esta concepción se refleja en la actitud interior del médico. Para que pueda combatir el dolor tiene que disponer de la virtud esencial de la modestia. El dolor no siempre se vencerá, pero el médico, enemigo absoluto del dolor, en ningún caso debe aumentarlo. De ahí la máxima, muy conocida “ser útil o al menos no perjudicar”. Pero la modestia hipocrática era algo más que un reclamo a los límites del arte. Exaltaba el carácter absoluto de la lucha contra el dolor limitando a ésta, la esfera de competencia y de acción del médico. El médico no busca el bien en sentido positivo. No pretende buscar la felicidad. No es un pedagogo que destila virtud o un filósofo que busca la sabiduría o un legislador social que persigue la justicia. El médico persigue el bien sólo indirectamente, combatiendo el dolor. Si parece que actúe de pedagogo, de filósofo o de legislador lo hace solamente en la medida en que esto es necesario para combatir el dolor. Dentro de esta esfera, sin embargo, es responsable de su arte. La responsabilidad constituye, con la modestia, el otro eje moral del humanismo hipocrático. En el ámbito restringido de la lucha contra el dolor, el médico debe decidir actuar o no en base al cálculo racional de costes y beneficios que su ciencia le consiente, excluyendo cualquier valoración de otros intereses, incluidos los propios. La elección exige libertad de juicio. El médico es el único árbitro en el foro interno de su decisión y su modestia no tiene que impedirle el ejercicio de su responsabilidad. Sin embargo, la modestia juega un papel fundamental en el juicio de elección en cuanto hace del arte médico una ciencia que progresa. El médico tiene que reconocer los propios errores y aprender de éstos de modo que la próxima vez pueda ejercer su decisión responsable con mayor discernimiento. Estos principios están en la base del juramento hipocrático que sirve de fundamento a la deontología médica. En ésta se ponen en primer lugar, los principios de responsabilidad y de autonomía en el juicio dirigido a reducir y no a aumentar el dolor.

“Haré uso de medidas dietéticas para beneficio de los pacientes según mi poder y mi juicio y me abstendré de causar daño”. Se afirma la limitación y la autonomía

de la ciencia respecto a cualquier contaminación de intereses personales “pura y pía conservaré mi vida y mi arte”. Asumen un especial relieve las responsabilidades finales en cuanto obligan al médico a no generar nunca dolor en ningún ser humano que se encuentren durante el ejercicio del arte aunque este dolor no sea provocado directamente por el ejercicio del mismo arte. “En cualquier casa donde yo entre, os atenderé para la mejora de los pacientes absteniéndome de cualquier injusticia y de cualquier otro daño, particularmente de actos sexuales con personas, sean mujeres u hombres, libres o esclavos”.

También la siguiente regla del secreto profesional es entendida en este contexto, como la divulgación de cosas no pertinentes a la enfermedad y a la cura que pueden generar dolor. “Todo aquello que, en el curso de la curación o fuera de ella, vea u oiga sobre la vida de los hombres, que no sea necesario en ningún caso explicar fuera, lo callaré considerando que esas cosas se deben tener bajo secreto”.

Esta normativa deontológica es ciertamente compartida por la moderna cultura psicoterapéutica. Pero el compartir estas reglas deontológicas es un indicador de que se comparten, de un modo más amplio, los principios éticos de base. Sin embargo en las exigencias que la psicoterapia se impone a sí misma se expresan aspiraciones que se oponen a la modestia hipocrática y que entran en conflicto con ésta. Estas exigencias están relacionadas con el acto del nacimiento de la psicoterapia moderna que es esencialmente expresión de la extensión sin precedentes del horizonte conceptual y de las pretensiones que se dieron en la medicina del siglo diecinueve.

EL TRIUNFO DE LA MEDICINA EN EL SIGLO XIX

Una descripción habitual de las “ciencias humanas” pretende que éstas se independizaron de la filosofía y de la religión a finales del siglo pasado.

Esta descripción forma parte de una visión más general de la historia del pensamiento occidental descrita como una progresiva lucha por la independencia, que las ciencias positivas habían tenido, a partir del Renacimiento, respecto a la filosofía y a la religión. En realidad, sería más acertado decir que el siglo diecinueve más que una guerra de independencia presenció el desarrollo de una guerra de conquistas conducida por la ciencia positiva frente la filosofía y la religión.

Territorios conceptuales que desde siempre habían pertenecido a éstas últimas pasaron a ser ocupados por los científicos con la misma seguridad imperialista con que Europa había ocupado los territorios de ultramar. La medicina fue una de las puntas de lanza de esta batalla, tanto fue así que el contraposition entre el médico ateo y positivista y el sacerdote se convirtió en uno de los estereotipos de la época.

Casi no hubo ninguna área de la vida humana y de la sociedad, de la educación de los niños a la vida sexual de los individuos, de la conducta criminal y antisocial a las leyes sobre la higiene pública, donde los médicos no asumieran competencias y pretensiones normativas. Nunca antes como en este período los médicos no habían dudado a hacerse el filósofo y a decir la suya, armados de la ciencia natural, sobre

la posición del hombre en la naturaleza, sobre la naturaleza misma, y aun sobre la existencia de Dios. Abandonando la modestia hipocrática, el médico no dudó en ser a la vez filósofo, pedagogo y legislador. El éxito de esta ofensiva tuvo entre sus consecuencias la de determinar las condiciones del nacimiento de la psicoterapia moderna. La más importante de éstas dependió del hecho que, al ocupar el campo de otras áreas del saber, la medicina del siglo XIX se hacía cargo de los problemas y de las aspiraciones humanas que hasta entonces estaban confinadas en aquellas áreas. Dos de éstas merecen una mención especial: a) la aspiración romántica de libertad de expresión de uno mismo como individuo, b) la aspiración del hombre al autoconocimiento.

El conjunto de valores, conceptos, creencias, sensibilidad y estrategias intelectuales con que la medicina de finales del XIX intentó dar respuesta a tales aspiraciones determinó la fisonomía de la psicoterapia de nuestro siglo.

EXPRESION DE SI MISMO Y AUTOCONOCIMIENTO

Se dice que la época antigua inventó la ética del honor y de la fama, la época clásica la ética del dominio y del control racional de sí mismo, la era cristiana la ética de la transformación altruista de la voluntad, y nuestra época la ética de la expresión de sí mismo (Taylor, 1989).

Esta última sostiene como un valor importante, digno de respeto y de promoción, el hecho de que los individuos se expresen a través de su conducta lo más plena y libremente posible a sí mismos aunque con los límites obvios exigidos por el respeto a la libertad de los demás. Este valor es especialmente vigente en la actualidad. Un individuo puede ser objeto de censura por ejemplo, si no expresa su orientación sexual, o la misma persona puede autorreprocharse por no expresar sus inclinaciones o, por el contrario, si tal expresión es aceptada, no es porque se atribuya un especial valor al autocontrol o la continencia, si no porque se considera el no expresarse como una particular modalidad de expresión de uno mismo y, como tal, digna de respeto.

Esta idea de valor atribuido a la libre expresión de sí mismo, entendida como expresión de la propia individualidad personal, se afirmó con el romanticismo, asumiendo algunas connotaciones fundamentales que la caracterizan en nuestra cultura y en la filosofía de fondo que preside la praxis terapéutica. La primera de estas connotaciones es la referencia a la noción de identidad. Lo que hoy entendemos como la expresión de uno mismo es la expresión de lo que nos caracteriza como individuos, lo que nos es propio en cuanto personas distintas de los demás. Incluso el respeto exigido hacia la libre expresión de los demás se entiende como respeto hacia una cierta naturaleza o inclinación que crea diferencias, que exige respeto en cuanto no es inmediatamente compartida. Lo que en realidad es importante expresar es la diversidad que nos caracteriza y que nos hace ser específicamente e individualmente lo que somos.

La segunda connotación fundamental derivada del romanticismo es que los aspectos básicos de la identidad que exigen una libre expresión están relacionados fundamentalmente con las pasiones y los deseos. El tema del derecho de los hijos a seguir su propia vocación profesional o a casarse con la persona amada independientemente y contra las exigencias de su familia asume en la cultura romántica no sólo el carácter de un derecho al deseo, sino que precisamente en cuanto derecho al deseo se convierte en expresión del derecho a seguir la naturaleza más íntima y verdadera de uno mismo. La idea según la cual la parte pasional constituye el núcleo interno de la parte más auténtica de nuestra naturaleza es tan obvia para todos nosotros que no nos permite darnos cuenta de que tal concepción representa un inversión respecto a otros tipos de autopercepciones que los hombres han tenido en un pasado. Volveremos más adelante sobre este punto, ya que, para comprender el alcance de esta inversión es importante introducir la segunda gran aspiración que la psicoterapia moderna ha heredado de la filosofía antigua: la aspiración al conocimiento de sí mismo.

El problema del autoconocimiento está estrechamente ligado con el problema de la expresión de uno mismo. Si lo que se expresa es la propia naturaleza más genuina, el núcleo más íntimo, se hace necesario identificar y conocer estos aspectos esenciales del propio yo. El imperativo “Conócete a ti mismo” había sido enunciado por la filosofía antigua, que con tal fin, había elaborado una técnica de autoobservación y de estrategia autoreflexiva. La psicoterapia moderna ha heredado tanto el imperativo del “conócete a ti mismo” como la exclusiva de las técnicas autorreflexivas aunque, como veremos, ha invertido completamente el sentido y los objetivos de los antiguos ejercicios espirituales.

De todos modos, dado que la libre expresión de sí mismo exige el conocimiento de los aspectos esenciales del sí mismo, se plantean algunos interrogantes. El primero se refiere a la cuestión de qué es lo que constituye estos aspectos esenciales de la identidad. Sobre esto la idea romántica de que la parte más íntima y auténtica de nuestra naturaleza esté constituida por las pasiones y deseos estaba en pleno acuerdo con la pretensión reduccionista de la ciencia médica de la época. Es necesario precisar que el reduccionismo en medicina y en psicología se ha presentado en dos versiones distintas aunque no contrapuestas ideológicamente. Al lado del reduccionismo físico-químico se afianzaba en la cultura médica el reduccionismo de tipo biológico, encaminado a reducir las explicaciones de la conducta humana a una herencia filogenética de algunas tendencias o instintos básicos. Sin embargo, al concebirse el instinto como impulso hacia algo, su expresión psíquica tenía que estar constituida por pasiones y deseos. De este modo, la mitología romántica y el positivismo reduccionista convergían felizmente en la concepción según la cual pasión y deseo representan la sustancia, por así decirlo, más nuclear y auténtica del hombre. La segunda pregunta que nos planteamos es ¿por qué es necesaria una técnica de autoexploración para llegar a conocer nuestros

deseos más íntimos y auténticos, y por qué éstos no se presentan simplemente al sujeto?. El tema del autoengaño y de la opacidad de la conciencia propia, con la consiguiente necesidad de estrategias para su desvelamiento es tan central en los años de transición del siglo XIX al XX que va más allá de los límites del presente artículo y de las fuerzas de su autor. Sin embargo, lo que interesa subrayar es el hecho de que las estrategias de desvelamiento tienen en su base el objetivo de mostrar al sujeto la falacia de los procedimientos racionales y de subvertir la confianza en las propias capacidades de conocimiento autorreflexivo.

El reconocimiento de la debilidad de la propia razón parece constituir para la psicoterapia moderna el equivalente de las etapas propedéuticas establecidas por las escuelas filosóficas antiguas o por las escuelas Zen. Un resultado paradójico de esto es que la práctica necesaria para la libre expresión de sí mismo exige al sujeto que renuncie a su propio juicio y que deposite su confianza en la racionalidad del método y de quien es su depositario.

La tercera pregunta que nos podemos plantear es ¿por qué esta práctica ha asumido la connotación de práctica terapéutica aunque no ha sido ejercida necesariamente por los médicos, y qué relación mantiene con la tradición hipocrática?

Hemos visto cómo el fenómeno se encuadra en la expansión sin precedentes de los horizontes y de las ambiciones de la medicina del siglo pasado. Pero existen razones intrínsecas que tienen que ver con la tradición de la lucha contra el dolor que justifican la definición de la práctica terapéutica. La ocultación del sí mismo en cuanto inhibición de las propias potencialidades expresivas genera dolor. Pero también el proceso de desvelamiento causa dolor. Y, finalmente, también la expresión del sí mismo encuentra sus límites ante las posibilidades de expresión de los demás. Se plantea, entonces, un problema de control social pero también de autocontrol. Este autocontrol se pone bajo la guía del médico sea porque tal autocontrol comporta dolor sea porque se trata en gran medida de control de fuerzas naturales. A este respecto merece subrayarse el hecho de que el hombre romántico parece vivir, al entrar en contacto con su mundo interno de pasiones, la misma experiencia de lo sublime que experimenta en contacto con las fuerzas naturales (por ejemplo, Freud (1920 y 1927).

Por esto, el hombre puede ser reacio a este contacto. Pero este contacto es lo que le permite optimizar la relación entre expresión de sí mismo y necesaria frustración de los deseos y, por tanto, reducir el dolor. La responsabilidad del médico impone empujar con firmeza al paciente para que entre en contacto con sus deseos más auténticos venciendo las resistencias que le impiden reconocer la verdad de sí mismo. El principio de verdad se reviste de este modo de implicaciones normativas. Se incita al individuo a asumir respecto a sí mismo la misma actitud de búsqueda de la verdad que el científico positivista asume frente a los fenómenos naturales.

El respeto y la búsqueda de la verdad se convierten, de este modo, en el tercer valor fundamental que añade a la lucha contra el dolor y a la expresión de sí mismo.

LOS EJERCICIOS ESPIRITUALES EN LA FILOSOFIA ANTIGUA

Una de las maneras que nos permite subrayar los valores implícitos en la psicoterapia moderna es observarlos en contraste con las prácticas de autoconocimiento y de autocontrol practicadas por las escuelas filosóficas antiguas.

Un intento esencialmente terapéutico presidía explícitamente las prácticas epicúreas, cuyo objetivo fundamental de alcanzar el placer estaba intrínsecamente relacionado con la práctica de evitación del dolor.

En la tradición platónica y, sobre todo, en la estoica, el valor perseguido es aquel grado de libertad interior que permite el dominio de uno mismo. Esta libertad, sin embargo, era concebida de modo radicalmente opuesto a la expresión del sí mismo moderno. Pero antes de describir estas diferencias es necesario clarificar un punto fundamental. También los ejercicios espirituales antiguos tenían como objetivo poner al hombre en contacto con su núcleo más íntimo y auténtico. Este núcleo, sin embargo, no tenía nada que ver con lo que nosotros llamamos identidad.

La identidad, para los antiguos, era un fenómeno eminentemente social. Un hombre se definía esencialmente por el rango, las empresas llevadas a cabo, su pertinencia gentilicia, el rol que ejercía en la organización de la ciudad, etc. Todo lo que hace a un hombre socialmente reconocible era elemento constitutivo de su identidad. Por tanto, una importante diferencia entre prácticas espirituales antiguas y psicoterapia moderna es el status asignado a pasiones y deseos. Sobre todo, pasiones y deseos no entraban a formar parte, para los antiguos, de la definición de identidad sino que constituían tendencias comportamentales, algo que el hombre hace, no algo que es.

Foucault (1984) ha descrito muy detalladamente esta diferencia en lo que se refiere a las elecciones sexuales. Un hombre podía preferir a las mujeres, otro a los chicos, pero esto no hacía que el primero fuera un heterosexual y el segundo un homosexual en el sentido moderno de la acepción. Naturalmente existían conductas sexuales consideradas lícitas, y otras consideradas honorables, otras objeto de censura, pero una clasificación de los seres humanos mediante una tipología de perversiones como ha sido realizada por la sexología del siglo pasado era, para la mentalidad antigua, impensable.

Si bien las pasiones y los deseos no constituían la esencia íntima del hombre, sin embargo le podían hacer esclavo, oscureciendo tal esencia. En otras palabras, constituían el estrato superficial del alma que podía impedir el contacto directo con el núcleo esencialmente racional. La segunda diferencia fundamental entre las dos concepciones es que ambas poseen un modelo tipo cebolla del alma humana, pero la disposición de sus capas se concibe de modo exactamente inverso.

Para los antiguos, las capas superficiales, lo que se presenta a primera vista, son precisamente los deseos ligados al placer, al honor, a la riqueza. Estos deseos convierten al hombre en un esclavo, en el sentido que hacen depender el estado anímico de las vicisitudes de los hechos y lo impulsan hacia objetivos faltos de

importancia, distrayéndolo del cuidado de un bien de mayor valor: sí mismo.

Justamente porque estas pasiones llegan a cegar se hace necesaria una praxis intelectual de relación con uno mismo que permita la superación de los deseos pasionales. Los estoicos, por ejemplo, utilizaban una praxis centrada en la representación anticipada del mal que puede suceder: pobreza, dolor, muerte. A partir de esta representación podían, mediante procedimientos de diálogo interno, controlar los cambios de estados de ánimo y demostrarse a sí mismos que podían prescindir de todo aquello que no depende de nosotros mismos. La finalidad última era hacer independiente el estado del alma de cualquier perturbación, proveniente de todo aquello que no depende de nosotros y hacer al alma misma libre de obrar según su íntima naturaleza racional. De este modo, más que una ética de control racional, la ética estoica se configura como una ética de la libertad interior, pero de una libertad que es el opuesto de la expresión del deseo. Ésta coincide más bien con el dominio de sí mismo, con la posibilidad de poder autodeterminar el propio estado independientemente de las vicisitudes existenciales y pasionales.

Queremos subrayar, una vez más, que si bien el núcleo del alma, su naturaleza más auténtica, es esencialmente racional, esto no define la identidad personal. Este núcleo representa, precisamente lo que es universal en el hombre, el aspecto de la naturaleza divina compartida por toda la humanidad. El “conócete a ti mismo” de Sócrates no tenía la acepción moderna de un “conoce tu individualidad”, sino más bien un “reconoce en ti mismo este núcleo universal de la recta razón”.

La imagen de Sócrates que interroga a un esclavo y lo incita a través de preguntas *ad hoc* hacia un correcto discursar lógico, se ha visto impregnada en nuestra cultura de valores democráticos e igualitarios. Pero en la cultura antigua tenía un valor que se nos escapa: la misma que pueda tener un extraordinario descubrimiento científico absolutamente en el mismo plano que las teorías de Copérnico y Darwin. Significaba que todos los hombres independientemente de su educación o rango, independientemente de su sabiduría o ignorancia, poseían la facultad de razonar según principios que se imponían por claridad y corrección. Este descubrimiento ha marcado la cultura humana y ha vuelto legítimos los valores de democracia que hoy percibimos en la actuación de Sócrates. Sin embargo, esta facultad no venía dada inmediateamente. Era necesario, justamente, un procedimiento *ad hoc* como el diálogo socrático a fin de hacerla emerger.

Y entre los diversos procedimientos que el mundo antiguo inventó para desvelar ese núcleo oculto en el hombre se encuentran también las encaminadas a liberarlo de las pasiones.

No se debe entender esta práctica espiritual antigua a través de las nociones modernas de represión o frustración de los deseos. Para el hombre antiguo, el no obrar según el deseo no era vivido con un sentimiento de coartación de sí mismo, sino exactamente con el sentido contrario, con el sentimiento de autonomía y libertad interior de quien es absoluto dueño de sí mismo y puede elegir libre de los

vínculos de las circunstancias externas y de las alteraciones internas. El término con el cual los antiguos se refieren al dominio sobre las pasiones no es el de represión sino su opuesto: libertad.

La ideología victoriana y la ideología de finales del siglo pasado constituían en el fondo un paradójico homenaje a la concepción romántica, es más, a una de sus posibles variantes. Estas concepciones atribuyen también una especial profundidad y fuerza a la pasión y al deseo, pero, a su vez, subrayan su destructividad potencial. De aquí la necesidad de inhibición y represión que representa, según Freud (1929), una dolorosa necesidad, una coartación de aspectos fundamentales de sí mismo que los valores superiores de la vida en sociedad exigen. Para los antiguos, al contrario, no existía ninguna razón que suscitase una especial desconfianza o temor respecto a las oscuras fuerzas del deseo en la medida en que éstas se las consideraba siempre presentes y autoevidentes. Su dominio o control se configuraba, de este modo, no como una coartación sino como una emancipación. Ellos hubieran negado con fuerza que su práctica pudiera configurar una pedagogía represiva, sosteniendo, por el contrario, que se trataba, a lo sumo, de una práctica de liberación.

LA CRISIS DE LA PSICOTERAPIA MODERNA

Si puede considerarse válido cuanto llevamos dicho hasta el presente, en la psicoterapia moderna conviven tres objetivos fundamentales, dotados de valor: combatir el dolor, favorecer la expresión de sí mismo y buscar la verdad.

Por un breve período se cultivó la ilusión de que estos principios cooperaban entre ellos sin tensiones y conflictos. La práctica de búsqueda de la verdad ayudaba a la expresión de sí mismo que, a su vez, reducía el sufrimiento. Así que, dando por supuesto una ausencia de conflictos, no se planteaba el problema de establecer una jerarquía de valores.

La necesidad de establecer una jerarquía es inducida, en parte, por desafíos externos al campo psicoterapéutico. Por ejemplo, la existencia de terapias biológicas rápidas y de buena eficacia plantea el problema de si el criterio de la lucha contra el dolor debe subordinarse hasta el punto de renunciar a la psicoterapia o si los otros valores conservan una validez suficiente como para justificar incluso en estos casos el ejercicio de la praxis psicoterapéutica (obviamente en el primer caso se halla la posición de quien sostiene que se optimiza la lucha contra el dolor recurriendo sea a las terapias biológicas, sea a la psicoterapia).

Pero, más aún que por los desafíos externos, la crisis de la psicoterapia está relacionada con las aporías y las dificultades surgidas de sus propios presupuestos.

La hermenéutica primero, el constructivismo después, o bien el simple hecho de que escuelas terapéuticas que hacen referencia a diferentes criterios interpretativos, obtengan resultados terapéuticos análogos, han hecho que sea insostenible que el efecto terapéutico y la capacidad de expresión del sí mismo estén ligadas al desvelamiento de una cierta verdad sobre la propia esencia íntima. Pero la renuncia

a esta creencia comporta dos conclusiones que representan, ambas, el fracaso de las aspiraciones que han marcado el nacimiento de la psicoterapia moderna.

En efecto, si orientamos hacia una posición de neutralidad respecto al valor de verdad de los temas elaborados en terapia, entonces la psicoterapia se convertiría en un proceso de operaciones autorreflexivas sin fin. Se puede salir del problema de la regresión al infinito estableciendo que son válidos aquellos puntos de vista que reducen el sufrimiento. Pero, de este modo, el principio hipocrático se convertiría en el único valor que fundamenta la psicoterapia, y esta última renunciaría a las ambiciones que la han distinguido para convertirse en una simple práctica de lucha contra el sufrimiento.

La segunda vía para evitar la regresión al infinito sería la de una terapia estereotipada donde el terapeuta sería el único arbitro que decide qué verdad última asumir. Pero esta posición es claramente incompatible con el principio de la libre expresión del sí mismo, cuando no se convierte ella misma, en la práctica, en fuente de sufrimiento.

La verdad es que nuestro siglo ha vivido el declive de la noción romántica de identidad, aunque conservando y exaltando el valor de la expresión de sí mismo que se derivaba de ella. Probablemente gran parte de la patología del sí mismo con la cual nos enfrentamos estos últimos años tiene en su raíz esta contradicción de fondo de nuestra cultura. Se ha convertido en un tema común a las diversas escuelas de psicoterapia la renuncia a la búsqueda de un núcleo auténtico de identidad y el concentrarse en las operaciones dinámicas que el sujeto realiza para mantener (o perder) el sentido de unicidad y continuidad personal. Pero este hecho, junto con la expectativa incompatible de la expresión del sí mismo en sentido romántico acaba creando una falsa conciencia en quien practica la psicoterapia sea como experto sea como cliente.

En definitiva, el principio hipocrático de la lucha contra el sufrimiento es el único que se ha conservado intacto, pero eso no corresponde, por sí sólo, a las exigencias y aspiraciones de las cuales se ha responsabilizado la psicoterapia moderna. El malestar que la cultura psicoterapéutica experimenta frente a los retos de las terapias biológicas o frente a las demandas de las compañías de seguros de intervenciones breves y de eficacia comprobada se inscribe en este contexto en el cual se nos percibe tanto como arte hipocrática, como expresión de aspiraciones que van más allá de la lucha contra el dolor, y, al mismo tiempo, no se sabe bien a cuáles de estas aspiraciones es posible dar una respuesta.

UNA TRIADA ALTERNATIVA: MODESTIA HIPOCRÁTICA, LIBERTAD DE PREJUICIOS Y ÉTICA DE LA RELACION INTERPERSONAL

La influencia del constructivismo sobre las modernas escuelas de psicoterapia puede constituir, a mi entender, una oportunidad para revisar las bases de la psicoterapia que permita una superación de la crisis.

Es cierto que, hasta el momento, ésta parece perfilarse como una ocasión fallida. El constructivismo no ha contribuido a una discusión sobre los presupuestos de valor implícitos en la actividad psicoterapéutica, que, sin embargo, debería ser un campo especialmente dotado. Ni tampoco ha intervenido demasiado en la discusión sobre los principios normativos de las conductas de los psicoterapeutas si no es para teorizar confusamente sobre una especie de democracia de las tonterías donde todos los puntos de vista tendrían el mismo valor, mostrando, en este terreno, una cierta propensión a la fuga de la responsabilidad hipocrática. Si bien, en el constructivismo, depurado de sus aspectos peores, existen ideas que, quizás, pueden contribuir a la resolución de los dilemas de la psicoterapia moderna.

De forma parecida a la hermenéutica éste nos invita a considerar y a analizar con el paciente sus peculiares configuraciones dinámicas de significado. Pero, en modo claro, se hace cargo de comprobar científicamente la existencia de nexos causales entre determinadas configuraciones dinámicas de significado y el sufrimiento psíquico.

La psicoterapia constructivista se configura además como arte hipocrática en la medida en que plantea la existencia de una coincidencia entre el proceso de elaboración de significados y el proceso terapéutico. El constructivismo invita básicamente al paciente a reflexionar y a conocer los propios presupuestos y la historia de los propios presupuestos. Lo invita a analizar su particular organización de significados dentro de los cuales se inscriben sus deseos y su sufrimiento. En este sentido sostiene que lleva a cabo ciertamente algo más que una reducción del sufrimiento.

En sintonía con los antiguos, este algo más no es la expresión romántica del sí mismo sino un aumento del sentido de libertad interior. Una libertad esta vez entendida como posibilidad de distancia crítica de los propios presupuestos, como la libertad de prejuicios.

La libertad de prejuicios se configura, por tanto, como segundo valor que sirve de fundamento, al lado de la lucha contra el dolor y sustitutivo de la expresión del sí mismo. Podemos observar que el análisis de los presupuestos no implica necesariamente su rechazo sino su reconocimiento. Sin embargo, esto llevaría a un proceso sin fin si no fuera moderado por los principios hipocráticos.

La modestia debería llevar al terapeuta a analizar sólo aquellos presupuestos que en base al principio de responsabilidad considera que están implicados en el sufrimiento.

El análisis de los significados y la lucha contra el sufrimiento implican, sin embargo, una condición interpersonal de confianza y de seguridad. En este sentido es necesario que entre los participantes de la relación terapéutica se desarrolle una relación adecuada. Los principios que en nuestra cultura rigen la corrección de las relaciones interpersonales deben, pues, incluirse en los principios de la psicoterapia. Sin embargo, aunque pueda parecer obvio y superfluo conviene subrayarlo en

la medida en es en el seno de estos principios que hoy podemos incluir el respeto de las verdades. Esto ha perdido las connotaciones heroicas y científicas del pasado en la medida en que no se sostiene que se deba poner a un paciente reactivo frente a una amarga verdad última sobre sí mismo, sino que se afirma a través de la simple constatación de que en una relación correcta no se puede mentir.

Naturalmente el terapeuta puede decidir diferir una comunicación con el paciente en base de las exigencias de la lucha contra el sufrimiento, pero cuando decide comunicarle algo debe corresponder a lo que piensa, del mismo modo que supone que el paciente no le miente deliberadamente. No se trata del respeto a una verdad última, sino simplemente de no mentir, aunque lo que se dice pueda resultar discutible u opinable.

La psicoterapia moderna se fundamenta sobre tres principios normativos básicos: combatir el dolor, favorecer la libre expresión de sí mismo y la búsqueda de la verdad. El primero de estos principios deriva de la tradición hipocrática, los otros dos fueron asumidos por la medicina del siglo diecinueve en el momento del nacimiento de la psicoterapia moderna. El desarrollo actual ha puesto de relieve las contradicciones entre estos principios. La crisis del principio de expresión de sí mismo, y la necesidad de redefinir el principio de búsqueda de la verdad. Se expondrá una breve historia de este desarrollo y de su crisis, y se apunta un hipótesis de vía de solución.

Traducción: Empar Torres i Aixalà

Nota Editorial:

Este artículo apareció con el título “I valori della psicoterapia moderna: sviluppo e crisi” en *Psicobiettivo*, 14, pp. 11-21, 1994. Agradecemos el permiso para su publicación.

Referencias bibliográficas:

- FOUCAULT, M. (1984). *L'uso dei piaceri*. Milano: Feltrinelli.
- FREUD, S. (1920). Al di là del principio del piacere. In *Opere complete, vol. IX*. Milano: Bollati Boringhieri.
- FREUD, S. (1927). L'avvenire di un'illusione. In *Opere Complete, vol. X*. Milano: Bollati Boringhieri.
- JOUNNA, J. (1993). La nascita dell'arte medica occidentale. In M.D. Gimeck (a cura di), *Storia del pensiero medico occidentale*. Bari: Laterza.
- HADOT, P. (1988). *Esercizi spirituali e filosofia antica*. Torino: Einaudi. (Original, 1987).
- HADOT, P. (1992). *La citelle intérieure*. Fayard.
- SULLEWAY, F. (1982). *Freud biologo della psiche*. Milano: Feltrinelli. (Original 1979).
- TAYLOR, C. (1993). *Radici dell'Io: la costruzione dell'identità moderna*. Milano: Feltrinelli. (Original 1989).