

Respeto e intimidad en el encuentro terapéutico

Matías Méndez López¹

Universidad Diego Portales, Santiago de Chile

El respeto y la intimidad han sido identificados como dos componentes fundamentales de todo vínculo verdaderamente terapéutico. Sin embargo, ambos fenómenos carecen de una definición clara y precisa que nos permita comprender realmente en qué consiste cada uno cuando se actualizan en la situación terapéutica. En este trabajo se ofrece una interpretación sobre el respeto y la intimidad terapéuticas a la luz de las aportaciones filosóficas del autor catalán Josep María Esquirol. En este contexto, se revisan algunos de los elementos más importantes de la fenomenología del respeto articulada por Esquirol, vinculándolos con ciertas propuestas teórico-clínicas que provienen del ámbito de la psicoterapia relacional contemporánea.

Palabras clave: respeto, intimidad, psicoterapia relacional, alteridad, mutualidad

Respect and intimacy have been identified as two fundamental components of any truly therapeutic relationship. However, both phenomena lack a clear and precise definition that allows us to really understand what each one of them consist of when they occur in the therapeutic situation. This work offers an interpretation of therapeutic respect and intimacy in light of the philosophical contributions of the Catalan author Josep María Esquirol. In this context, some of the most important elements of the phenomenology of respect articulated by Esquirol are reviewed, linking them with certain theoretical-clinical proposals that come from the field of contemporary relational psychotherapy.

Key Words: respect, intimacy, relational psychotherapy, alterity, mutuality.

English Title: Respect and intimacy in the therapeutic encounter

Cita bibliográfica / Reference citation:

Méndez López, M. (2022). Respeto e intimidad en el encuentro terapéutico. *Clínica e Investigación Relacional*, 16 (1): 177-209. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2021.160110

¹ Docente Facultad de Psicología, Universidad Diego Portales. Docente Departamento de Postgrado, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. Correo electrónico: ps.matiasmendez@gmail.com

Introducción.

Este ensayo trata sobre lo que parece ser la esencia de toda relación verdaderamente terapéutica: el *respeto* y la *intimidad*. A mi juicio, ambos elementos conforman un binomio indisoluble que se instala en el centro de todo vínculo terapéutico realmente mutativo. El primer elemento remite a un aspecto fundamental de la dimensión ético-valórica del quehacer psicoterapéutico, mientras que el segundo alude a la cualidad especial de una relación terapéutica que provee las condiciones necesarias para el cambio positivo del paciente.

La palabra "respeto" se ha instalado como un término de uso común en el habla de terapeutas provenientes de diferentes orientaciones teórico-clínicas. Por un lado, sabemos que la inclusión del respeto como un imperativo ético ha estado presente en las formulaciones de los autores vinculados al movimiento humanista-existencial desde los inicios de este enfoque (TFD-GPHPS, 1997). Carl Rogers (2011), por ejemplo, fue enfático en su llamado a considerar al cliente como una persona que merece ser respetada en su irreductible e irremplazable individualidad. En este contexto, Rogers exhortó a los terapeutas a cultivar una actitud cálida e incondicional hacia sus clientes, favoreciendo un clima empático y de aceptación respetuosa en la situación clínica (Gondra, 1984). Junto con él, muchos otros terapeutas humanistas y existenciales han abogado por una orientación similar, promoviendo actitudes de hospitalidad, disponibilidad emocional y respeto en el espacio terapéutico (e.g. Jaison, 2006; Mearns y Cooper, 2011; Schneider y Krug, 2009; Yalom, 2009)

Por otro lado, en el campo del psicoanálisis contemporáneo, encontramos numerosas alusiones al respeto como un ingrediente esencial del proceso terapéutico. Lewis Aron (2013), por ejemplo, escribe que "una relación terapéutica efectiva o alianza de trabajo parece estar asociada con la afirmación recíproca y mutua, con la comprensión, la afiliación, la empatía y el respeto" (p. 216). Asimismo, Ávila Espada (2010) señala que "la riqueza potencial del encuentro [terapéutico] puede ser aprovechada por ambos partícipes, en el marco del compromiso ético de la participación y el respeto que es el lugar natural de la psicoterapia" (p. 19). Finalmente, si consultamos el índice del notable libro de Donna Orange "*El Desconocido que Sufre*" (2013), encontraremos que la palabra "respeto" cuenta con un total de once entradas a lo largo del texto.⁵⁶

El término "intimidad" también ocupa un lugar relevante en el contexto de la literatura clínica actual. Diversos autores y autoras se han referido a la importancia de promover la intimidad en el encuentro terapéutico, reconociendo su función como un catalizador del cambio (Duarte, 2019; Ehrenberg, 1974, 1975, 2010, 2016; Olivos, 2019; Porfis, 2017; Reis y Shaver, 1988). Si bien se trata de un concepto cuya definición precisa tiende a eludirnos (cf. Olivos,

2019), parece existir un cierto grado de consenso en lo que respecta a identificar la intimidad como una condición relacional indispensable para la promoción del cambio terapéutico.

En base a lo dicho, me parece de central relevancia detenernos a meditar sobre estos dos importantes elementos de la clínica contemporánea, en un intento por aclarar qué podemos entender por “respeto” e “intimidad” cuando éstos se despliegan en la situación terapéutica. En este trabajo ofreceré una interpretación personal sobre ambos elementos, tomando como principal referente algunas contribuciones del filósofo catalán Josep María Esquirol. El autor desarrolla estos asuntos con gran lucidez y profundidad en sus libros “*El Respeto o la Mirada Atenta*” (2010) y “*La Resistencia Íntima: Ensayo de una Filosofía de la Proximidad*” (2015). Pienso que las ideas de Esquirol nos brindan una sólida base filosófica para comprender los matices y las complejidades que son propios de estos dos ingredientes fundamentales de toda psicoterapia. En los próximos apartados presentaré algunos de los aspectos más relevantes de la filosofía del respeto y la intimidad formulada por el autor, para luego enlazar su propuesta con ciertos aportes clave de la teoría relacional contemporánea.

Fenomenología del respeto (I): proximidad e intimidad.

Esquirol (2010) desarrolla un estudio en torno a la fenomenología del respeto, con miras a clarificar el sentido de esta palabra desde un punto de vista filosófico. Sus ideas dan forma a una propuesta ética que busca restituir la *proximidad originaria* del ser humano con su mundo. Para nuestro autor, dicha restitución se vuelve necesaria a causa de la omnipresencia de la cosmovisión tecnocientífica que domina nuestra época; una visión de mundo que revela los entes (las cosas y las personas) bajo la forma de meros objetos o recursos disponibles para la explotación y el cálculo incondicionados (cf. Acevedo, 2014, 2017; Heidegger, 1994, 2007). Desde el punto de vista de Esquirol, la racionalidad tecnocientífica hoy se ha convertido en el modo hegemónico del pensar, mediatizando toda transacción posible entre el ser humano y los entes. Dicha mediación constante es identificada por el filósofo como la principal responsable de la pérdida de la proximidad y la intimidad, las cuales han sido desplazadas y sustituidas por la violencia, la indiferencia y la trasgresión.

Esquirol (2010) explica que la cosmovisión tecnocientífica imperante nos conduce a ejercer en nuestro trato cotidiano con los entes diferentes formas de violencia que, en lo más fundamental, consisten en maneras de trasgredir y reducir su alteridad. El afán de explicación, manipulación, explotación, control y dominio que se desprende de la visión de mundo imperante nos impulsa a imponer nuestra presencia y nuestra voluntad sobre lo real, anulando su estatuto de otredad inaplazable. La actitud del respeto –nos dice Esquirol– puede operar como un antídoto para esta disposición inercial de nuestra alma colectiva, abriendo la

posibilidad de aquilatar otros modos de comprender y de habitar el mundo que resulten ser verdaderamente no-violentos. Como veremos más adelante, estos modos respetuosos de comprender y de habitar el mundo también valen para el “mundo terapéutico”, ese mundo que comparten y co-construyen el psicoterapeuta y su paciente en cada hora de consulta (Spinelli, 2007).

Siguiendo a Esquirol (2010), lo que más arriba llamé “proximidad originaria” tiene que ver con un modo de estar con las cosas y las personas que es previo a todo acto de dominio, manipulación, emplazamiento o imposición. Se trata de una forma de habitar (una ética) que no lidia con los entes como si éstos consistiesen en meros útiles u objetos disponibles para el cálculo y el uso eficiente. De acuerdo con el autor, el habitar de la proximidad se funda sobre la posibilidad de mantener una distancia adecuada y prudente en nuestro trato cotidiano con los entes. Esta distancia justa es la que nos previene de avasallar, trasgredir o violentar la realidad, consistiendo, por lo tanto, en el ámbito del verdadero respetar.

Esquirol (2010) inicia su exposición explicando que el respeto consiste en un “movimiento de aproximación”. En otras palabras, el respeto es un modo de acercarse a los entes del mundo, es decir, una disposición anímica que se actualiza en el trato con lo real, en la cual el sujeto se abstiene de reducir la alteridad de lo otro a un conjunto de categorías conocidas. En definitiva, se trata de una actitud ética que nos sitúa en una relación de *intimidad* con los entes, relación en la que éstos mantienen para nosotros tanto su diferencia como su irreductible singularidad. En este contexto, el término “intimidad” sugiere la posibilidad de permanecer cerca, muy cerca, en un contacto estrecho, con aquello que se nos hace presente en su calidad de distinto, sin que dicho contacto llegue a convertirse en una superposición del yo (con sus ideas, sus valores, sus intereses, etc.) sobre lo otro. Si bien la aproximación del respeto puede acercarse a los entes con el fin de conocerlos, el saber que se persigue nunca aspira a agotar la significación de los fenómenos. Antes bien, se trata de un acercamiento que reconoce la imposibilidad de alcanzar e imponer una verdad absoluta y final sobre las cosas. En definitiva, el movimiento del respeto es un disponerse en relación con lo otro de un modo tal que eso o ese otro no se vuelve en mero objeto o recurso para el yo, sino de tal manera que a eso o ese otro se le concede el mantener su estatuto de otredad inaplazable e irreductible.

Esta actitud respetuosa que, a un mismo tiempo, restituye la intimidad y resguarda la alteridad, se emparenta con la *mesura* y la *prudencia*. Para el pensamiento griego, la virtud de la prudencia (*phronesis*) consistía en la sabiduría que el ser humano ha de cultivar en su vida cotidiana para no incurrir en la “desmesura” (*hybris*), la cual tiene que ver con la trasgresión de un límite que nunca debe ser traspasado (por ejemplo, el límite que separa al ámbito de los mortales del reino de los dioses inmortales) (cf. Carrasco, 2010). Este límite que reclama ser

respetado es aquél que demarca la frontera con la alteridad (lo radicalmente otro) en sus diferentes manifestaciones, incluyendo la otredad de los dioses y la que es propia de los demás seres humanos. Es en este sentido que, según Carrasco (2010), la famosa inscripción del Templo de Apolo -"conócete a ti mismo"- nos plantea la siguiente advertencia: "*Conoce tus propios límites y mantente dentro de ellos, porque si los sobrepasas, ofenderás a los dioses!*" (p. 11, cursivas en el original). La desmesura y la imprudencia ofenden (faltan al respeto) toda vez que conllevan la violación de un límite que debe ser respetado a toda costa. Por lo tanto, respetar significa "cuidar el límite" y abstenerse así de traspasar, trasgredir, violentar o anular la alteridad.

Sobre esta base, Esquirol (2010) sostiene que "el movimiento del respeto es un *acercarse que guarda la distancia, una aproximación que se mantiene a distancia*" (p. 64, cursivas en el original). Si bien es cierto que acercarse es un requisito para apreciar y conocer las cosas del mundo, también es cierto que un acercamiento excesivo nos impide acceder a una comprensión cabal sobre los entes. Por cierto, la distancia requerida no consiste solamente en una lejanía en un sentido local, sino que se trata de la prudencia que es propia de aquél que, procurando respetar, se cuida de no traspasar un límite. En este sentido, acercarse manteniendo la debida distancia equivale aquí al acto de respetar el delicado límite que separa y vincula al yo con aquello que a éste se le presenta cada vez como distinto.

El filósofo explica que en el momento en que se suprime toda distancia lo que allí ocurre es la instalación de la violencia, una actitud que se ubica "en las antípodas del respeto" (Esquirol, 2010, p. 66). En términos generales, lo que define la violencia es la imposición de una fuerza –material o simbólica- que se ejerce sobre algo o sobre alguien. Dicha fuerza que se impone sobre la alteridad incluye tanto la "fuerza bruta" como la "fuerza de la razón"; todo intento por someter, explotar, manipular, usar, controlar o explicar en un sentido final se sostiene sobre una dinámica donde la presencia y la voluntad de quien somete se superpone e impone sobre aquello que se convierte en objeto de uso, explotación o explicación. De acuerdo con Esquirol, la racionalidad tecnocientífica, en su afán de explotación y orientada por su ética utilitarista, concretiza en su accionar diversas formas de violencia que, en lo esencial, suponen la imposición del individuo sobre el mundo físico, natural y humano. Para nuestro autor, este acercamiento "irrespetuoso" e "imprudente" consiste en la disposición inercial de nuestro espíritu en el seno de la era de la técnica moderna y, en cuanto tal, condiciona poderosamente nuestro modo de habitar y de advenir –esto es, de estar en la verdad.

A diferencia de lo que ocurre con la aproximación que es propia de la cosmovisión tecnocientífica, "el acercamiento del respeto no tiene un sentido utilitarista ni funcional", toda vez que "lo respetado, precisamente porque es respetado, no está disponible ni es

susceptible de ser utilizado” (Esquirol, 2010, p. 65). En otras palabras, la actitud del respeto nos previene de nuestro hábito de revelar el mundo como un conjunto de objetos y recursos disponibles, obligándonos a tratar con las cosas y las personas muy por fuera del horizonte de la utilización eficiente y del cálculo. Esquirol explica que al aproximarnos respetuosamente al mundo éste deja de estar disponible para que hagamos lo que queramos con él (controlarlo, explicarlo, manipularlo, etc.); la experiencia del respeto nos sitúa “por debajo” de los entes (cosas y personas), de un modo tal que son éstos los que, en realidad, actúan sobre nosotros (Esquirol, 2010). Disponiéndonos desde una actitud respetuosa y humilde, la presencia de lo o el otro nos afecta, nos interpela, obligándonos a abdicar del poder-hacer. Así, toda posibilidad de violencia se revierte cuando el respeto está presente pues, en esta situación, control, dominio, manipulación y explicación dejan de ser transacciones posibles.

En este punto de su exposición, los planteamientos de Esquirol coinciden plenamente con algunas ideas de Emmanuel Lévinas, particularmente con su noción de la “curvatura del espacio intersubjetivo” (Lévinas, 2000) y con el uso que hace el filósofo lituano-francés de la palabra “proximidad” (Lévinas, 1987). Respecto del primer punto, Lévinas sostiene que toda relación que mantenemos con otro ser humano se caracteriza por una radical asimetría, donde es el otro el que ejerce su influencia sobre uno, obligándonos a responder éticamente (respetuosamente). Cuando dicha asimetría se revierte, es decir, cuando es uno quien actúa sobre otro, lo que allí tiene lugar es un acto de violencia que lesiona y vulnera a ese otro (cf. Orange, 2013). Por otro lado, Lévinas (1987) utiliza el término “intimidación” en un sentido muy cercano al que desarrolla Esquirol. Para Lévinas, “proximidad quiere decir que el otro, justo a mi lado, sigue siendo otro y separado, pero nunca me permite evadir la responsabilidad” (Orange, 2013, p. 46) –esto es, la responsabilidad que siempre me cabe de respetar a ese otro cuya presencia me interpela y me afecta.

El llamado de Lévinas es a tener siempre en mente que el trato con un otro impone sobre uno una obligación ética consistente en renunciar a toda forma de violencia, sea ésta material o simbólica. Reducir la alteridad a categorías conocidas constituye para el filósofo un acto de violencia equivalente a un asesinato (Orange, 2013). Contrariamente, la proximidad levinasiana supone un tipo de contacto estrecho con la alteridad que abdicar de la violencia, pues “el contacto con el otro significa encontrarse con lo radicalmente valioso, alguien que se encuentra más allá y por encima de mis intentos de predecir, controlar y representar” (Orange, 2013, p. 46).

En consonancia con Lévinas, Esquirol (2010) señala que en el encuentro con otro humano es precisamente ese otro el que actúa sobre mí interpelándome, afectándome, volviéndome

vulnerable y obligándome en un sentido moral. De acuerdo con el autor, cuando me aproximo respetuosamente a otro ser humano

“no me acerco *para* descubrir una utilidad ni un beneficio; hasta pueden darse circunstancias ‘contrarias’ a la utilidad, como por ejemplo, cuando al aproximarse a una determinada situación humana se siente uno obligado por un deber moral o se le despierta el sentido de la responsabilidad.” (p. 65, cursivas en el original)

El otro humano no es visto ya como un mero recurso útil o un objeto, sino como alguien que demanda de mí una respuesta oportuna. Y esta respuesta sólo puede adoptar la forma del “cuidado”, la “protección”, el “amparo” o el “cobijo”, en la medida que ese otro, cuando es revelado por la mirada respetuosa y atenta, se me hace presente en su condición de vulnerable fragilidad (Esquirol, 2010, 2015).

A la par con Lévinas, Esquirol (2010) argumenta que uno de los rasgos definitorios de la condición humana consiste, precisamente, en la mencionada fragilidad. Y en el pensamiento de Esquirol, la relación que existe entre *fragilidad* y *respeto* es bidireccional: por un lado, cuando llegamos a ser conscientes de la fragilidad que es condición del otro, dicha conciencia nos obliga a respetarlo; por otro lado, solamente la mirada atenta, prudente y cuidadosa que es propia del respeto nos habilita para percibir plenamente la fragilidad ínsita en la existencia del otro humano. De este modo, el cuidado del otro –vulnerable y frágil- sólo puede darse en la intimidad de un contacto signado por la atención y el respeto: “la mirada atenta [es decir, respetuosa], captando esa vulnerabilidad, condiciona un trato adecuado, vigilante y alerta tanto para no herir como para no hurgar en heridas aún no cicatrizadas” (Esquirol, 2010, p. 134); de no ser así, nos encontramos de lleno con el fenómeno de la violencia que, como vimos, es el estricto contrario del respeto.

Todo lo anterior sugiere que la aproximación respetuosa conduce inevitablemente a lo que podríamos llamar una “afectación por proximidad”. En palabras de Esquirol (2010), “al acercarse uno a las cosas y, sobre todo, a las otras personas, se le aumenta la propia sensibilidad, es decir, la capacidad para ser afectado”; en este sentido, “el acercamiento trae consigo un incremento de la vulnerabilidad y efectiva afectación. *Acercarse es encontrarse implicado*” (p. 67, cursivas en el original). De este modo, el acercarnos respetuosamente a otro cancela por de pronto todo intento por mantener una distancia que desvincule, separe o proteja la propia subjetividad de las exigencias emanadas de la presencia de ese otro (del “rostro” en Lévinas); la clásica dicotomía cartesiana sujeto-objeto, con su doble promesa de neutralidad y objetividad, se disipa al volverse insostenible: *acercarse es siempre ya encontrarse implicado*. Por lo tanto, concluye Esquirol, “la aproximación es pérdida de seguridad, de tranquilidad y de dominio, y un especial regalo de inquietud” (p. 67): no hay

forma de mantenernos indiferentes, desinteresados, desvinculados, objetivos, imparciales ni seguros en nuestro trato con la alteridad. Nuestra voluntad soberana y nuestra sensación de control ceden ante la presencia de un otro que actúa sobre nosotros como una presencia que obliga a ser tratada con respeto.

Fenomenología del respeto (II): intimidad y amparo.

Como vimos en la sección anterior, desde el punto de vista esbozado por Esquirol (2010), el respeto consiste en una disposición ética fundamental que favorece el restablecimiento de la proximidad originaria del ser humano con su mundo. En este sentido, el “movimiento de aproximación” que vehiculiza el respeto es una condición ineludible para el cultivo de la *intimidad*. Según el autor, el verdadero diálogo con la alteridad sólo se vuelve posible en el ámbito de un vínculo íntimo y respetuoso que, por definición, discurre en la zona limítrofe en que el yo y el otro se encuentran, sin superponerse.

En su ensayo “*La Resistencia Íntima*” (2015), Esquirol profundiza en el tópico de la intimidad aludiendo a la función que ésta cumple como fuente de *amparo* existencial ante las fuerzas disgregadoras de la vida. En palabras del autor, “la peor de las pruebas a que debe someterse la condición humana es la constatación *disgregación del ser*. Como si las fuerzas centrífugas de la nada quisieran poner a prueba la capacidad del hombre para resistir la embestida” (p. 10, cursivas en el original). Estas fuerzas que tienden a erosionar la vida humana coinciden con aquellos aspectos ineludibles de nuestra condición existencial, como son la enfermedad, la finitud (la muerte), las inclemencias del medio ambiente y la violencia que tiende a instalarse –lamentablemente, con demasiada frecuencia- en el trato que trabajamos unos con otros en la sociedad. Es por este motivo que el filósofo afirma que “la *condición humana* es la de las afueras del paraíso imposible” (Esquirol, 2018, p. 7, cursivas en el original); nuestra situación existencial transcurre siempre en el ámbito de la fragilidad, la vulnerabilidad y la precariedad.

En vista de esta situación a la que todas y todos hemos sido arrojados, Esquirol (2015) sostiene que la existencia humana puede definirse como un constante “resistir”. La resistencia a la que alude el autor consiste en un esfuerzo por mantener la “verticalidad” ante los constantes embates de la realidad. En sus palabras: “existir es, en parte, *resistir*. Entonces la resistencia expresa no un mero hecho circunstancial, sino una manera de ser, un movimiento de la existencia humana” (Esquirol, 2015, p. 9, cursivas en el original). Y más adelante:

“Todo, desde lo más exuberante a lo más discreto, desde lo más fuerte a lo más frágil, todo está destinado a desaparecer; a quedar disuelto por el paso implacable del tiempo y a hundirse en la oscuridad. Todo, y también lo humano que posee el trágico

don de lo que solemos llamar conciencia de la propia finitud. Morir, finir. Tal conciencia de la finitud, en absoluto obsesión, sino reflexión, no lleva a superación alguna. Lleva a la resistencia.” (pp. 48-49)

Ahora bien, como bien nos ha enseñado Judith Butler (2020), este movimiento de resistencia no es algo que podamos llevar adelante en solitario. Si bien hay quienes se parapetan en su interioridad, luchando por sostener su integridad personal, la verdadera resistencia ontológica es aquella que se consolida en los lazos que establecemos con los otros resistentes. Es por este motivo que Esquirol se refiere a la “resistencia íntima” como la base no sólo de la supervivencia humana, sino también y por sobre todo de la creatividad y la posibilidad de vivir una vida plena de sentido (Esquirol, 2015). Lo íntimo aquí alude al trato respetuoso y hospitalario que un ser humano puede ofrecer a otro en su calidad de resistente.

Si nuestra situación, por todos compartida, es la de las afueras, expuestos a las “fuerzas centrípetas de la nada”, la vida humana sólo se vuelve realmente posible cuando contamos con un refugio –un *hogar*- en el cual poder ampararnos (Esquirol, 2015). Y para Esquirol, el lugar del amparo siempre es el prójimo, pues “el otro es la casa primordial” (p. 50). La hospitalidad, la generosidad y la bondad que el vecino extiende hacia mí son la condición primaria de mi propia existencia, toda vez que “la existencia humana se inicia en *la casa que es el otro*” (Esquirol, 2015, p. 50, cursivas en el original):

“Venimos al mundo desnudos, y salimos de él como un despojo. En el ínterin, en el mientras tanto, el gesto más humano de todos es el del amparo. Sí. Lo más humano de lo humano reside en acoger al otro. Venimos desnudos al mundo, y hace frío, y nos acogemos unos a otros. La comunidad *más básica* es la del amparo. Es la comunidad que cura, que nos cura.” (Esquirol, 2018, p. 152, cursivas en el original)

De este modo, la intimidad que se origina en el encuentro con un otro hace las veces de refugio para ambos. Y para que dicho refugio se sostenga hace falta que concurra un conjunto de gestos humanos, profundamente humanos: consuelo, acogida, comprensión, generosidad, compañía y, muy especialmente, respeto. Son estos gestos de acogida hospitalaria y respetuosa los que salvan, curan y restablecen al resistente, brindándole fuerzas y esperanzas para seguir adelante con su vida. El recogimiento, el descanso y la nutrición requeridas por quien resiste ante la nada sólo son posibles en presencia de un otro respetuoso y atento:

“En las afueras, génesis, vida y bondad laten al unísono. No hay nada más vivo que la bondad, ni nada más esencial que la generosidad que vive. Nada más vivo, nada que tenga más fuerza. Por eso sostiene el mundo humano. Sin la bondad, la oscuridad

inundaría un mundo que pronto se precipitaría en el caos abismal.” (Esquirol, 2018, p. 22)

La fenomenología del respeto (III): mirada atenta.

Junto con la caracterización del respeto como un *movimiento de aproximación*, Esquirol se detiene en un tópico que considera central a la hora de definir esta actitud, vinculando el respeto con la *mirada* y la *atención*; para el filósofo catalán, “*la esencia del respeto es la mirada atenta*” (Esquirol, 2010, p. 19, cursivas en el original). En lo que sigue me ocuparé en esclarecer esta afirmación.

El sentido de la vista ha ocupado un lugar privilegiado en el desarrollo del pensamiento occidental, donde ha tendido a ser representado como el principal vehículo de la intuición y la claridad en el saber. Desde la antigüedad griega, “el ojo, órgano fisiológico de la vista, se ha convertido en figura y símbolo indiscutible de este sentido sapiencial e incluso de la inteligencia” (Esquirol, 2010, p. 73). El poder de la mirada nos vincula con el mundo, presentándonos las cosas y situándonos en nuestro rango de acción. El mirar nos permite acceder, además de al conocimiento de nuestro entorno, a la posibilidad de manipular el ambiente circundante de acuerdo con nuestra voluntad, pues “para que algo pueda convertirse en útil, en *prágmata*, tiene que estar al alcance de la mano, y es la vista la que realiza la función de acercarnos a las cosas” (p. 73, cursivas en el original). Según señala Esquirol, es precisamente por este motivo que “no debe sorprendernos que se haya afirmado que *la vista es el principio de la técnica*” (p. 73, cursivas en el original).

Entendida como “principio de la técnica”, la mirada se nos revela bajo la forma de un vehículo de emplazamiento, explicación y dominio de lo real. Podemos comprender, predecir, controlar y utilizar eficientemente sólo aquello que podemos ver y que se nos dona a través de la vista como objeto o recurso explotable; lo invisible –que equivale a lo no objetivable ni aprehensible por la mirada- se presenta como una otredad radical que se resiste a todo afán de emplazamiento y explicación final. Es por ello que los psicólogos conductistas, en su intento por explicar y manipular el comportamiento humano recurriendo a medidas y parámetros objetivos, se vieron en la necesidad de reducir la subjetividad a una “caja negra”, transformándola en una variable susceptible de ser aislada en sus experimentos e intervenciones.

Sin embargo, Esquirol (2010) sostiene que la mirada puede cumplir todavía otra función en nuestro trato cotidiano con las cosas, siempre y cuando aprendamos a *mirar de otro modo*:

“En efecto, sin salirnos de la civilización de la mirada podemos aquilatar otra dimensión de la misma; una dimensión que nos lleve más al asombro que al dominio, más al respeto que a la reducción a mero recurso. La vista es, sin duda, el sentido de la eficacia, pero es también *el sentido del respeto*.” (p. 74, cursivas en el original)

Lo que el autor propone es que el tipo de mirada que conduce al respeto es, en definitiva, la *mirada atenta*.

Concordando con Heidegger (2015), Esquirol (2010) considera que por lo general nos encontramos habitando el mundo de manera desatenta. Aquí la desatención equivale –en un sentido heideggeriano– al encontrarse sumido en “el Uno” (*das Man*) impersonal, condición de la existencia inauténtica. Según explica Brito (2018), en el modo inauténtico del Dasein, éste “deambula inmediata y regularmente como uno-mismo, en la somnolienta sumisión al mandato inadvertido del impersonal ‘*así se hacen las cosas*’” (p. 41, cursivas en el original). En otras palabras, nuestro modo habitual de ser-en-el-mundo consiste en una forma de habitar en la cual tendemos a hacer lo que *se hace*, decir lo que *se dice*, pensar como *se piensa*, etc. En este sentido, desde la perspectiva de Heidegger, “habría en el Dasein la tendencia ontológica a distraerse, a no estar plenamente en lo que de hecho está, poniendo su atención cada vez en una nueva promesa, en una nueva oportunidad, dejando lo anterior como cosa ya suficientemente conocida y, por lo mismo, aburrida” (p. 46-47).

El habitar desatento implica, entonces, hacerlo siguiendo los parámetros de lo que se ha vuelto “habitual” y “cotidiano” en nuestro medio de vida, sumidos en el imperio de la impersonalidad y la *medianía* (Heidegger, 2015). Esto significa, entre otras cosas, que nuestro modo de vincularnos con el mundo tiende a mantenerse dentro del cauce de lo establecido, siguiendo las pautas que cultural e históricamente han decantado como las formas hegemónicas de pensar, de hacer, de hablar, etc. De lo anterior se sigue que, si hoy habitamos en la “era de la técnica”, nuestro trato (desatento) con las cosas y las personas tenderá a mantenerse anclado al modo de advenir que es propio de esta época; esto es, el advenir tecnocientífico. Por lo tanto, si queremos “mirar de otro modo”, como nos lo propone Esquirol, necesitamos hacer un esfuerzo por desperdiciarnos de esta inercia que nos conduce a percibir y relacionarnos con el mundo (incluyendo a los demás seres humanos que pueblan nuestro mundo) técnicamente.

Para Esquirol (2010), el esfuerzo necesario para llevar a cabo este cambio en nuestra mirada consiste en un esfuerzo por prestar *verdadera atención*. El autor sostiene que “la atención es una salida del estado dado ya de antemano, de una cierta dispersión, de somnolencia o de inmersión en el flujo de las cosas” (pp. 80-81), toda vez que cuando nos detenemos para prestar atención, dejamos de vivir abandonados en la medianía para restablecer nuestra

relación intencional con el mundo y con los otros –condición fundamental de la existencia auténtica (cf. Brito, 2018). Para decirlo de otro modo, cuando prestamos verdadera atención, nos erguimos sobre lo familiar, lo habitual, lo cotidiano e indiferente para trabar un vínculo personal, único y consciente con los entes humanos y no humanos, que se nos muestran así como distintos, iluminados por nuestra específica ligazón intencional con el mundo de la vida (*Lebenswelt*).

Por otro lado –y en línea con los principios de la fenomenología- Esquirol (2010) explica que para prestar atención y permitir así que las cosas se nos muestren tanto en su forma como en su sentido particulares, precisamos de un cierto “vaciamiento” de nuestra conciencia. Atender equivale a *recibir* lo que se nos muestra, y “para recibir hay que contar con un espacio libre y de mucha flexibilidad en la forma de su apertura” (p. 82). En otras palabras, “hay que llevar a cabo un vaciamiento y un desapego con respecto a uno mismo; se ha de suspender el pensamiento para dejarlo más disponible y penetrable” (p. 83). En términos fenomenológicos, esta actitud atenta se sostiene sobre el ejercicio constante de la *epojé*, la suspensión temporal de nuestros prejuicios, condición necesaria para que el fenómeno nos hable en su lenguaje propio (cf. Sassenfeld, 2016). Este vaciamiento consiste, por lo tanto, en un desasimiento respecto de los hábitos de pensamiento que tienden a mediar pre-reflexivamente nuestro trato cotidiano con las cosas, incluyendo las premisas ontológicas, epistemológicas y teoréticas que configuran nuestra cosmovisión de base. Sólo por medio de este ejercicio se vuelve posible vincularnos respetuosamente con la alteridad pues, como dice Esquirol (2010) “el centramiento en uno mismo, en sus ideas y sus intereses, en sus opiniones y deseos, le hace al sujeto incapaz de recibir lo otro y, por tanto, de respetarlo” (p. 85).

El filósofo chileno Jorge Acevedo (2014) sostiene un punto de vista que casa muy bien con lo dicho por Esquirol, vinculando la actitud fenomenológica con lo que él llama –en un sentido heideggeriano- una “ética originaria”:

“El ver fenomenológico es [...] una conducta ética fundamental a la que todos tendríamos que acceder para permitir o dejar ser a los fenómenos –a las cosas, a las situaciones, a nuestros prójimos, a lo divino y a nosotros mismos-. Este ver se contrapone a un ver objetivante regido unilateral y excluyentemente por el principio de razón [...], mediante el cual conceptualizamos la realidad en el sentido de aprehenderla, agarrarla, apoderarse de ella, asegurarla, hacerla manipulable y manejable. Sin duda, el ver objetivante es útil e imprescindible, pero no nos pone de un modo prístino en el terreno de una ética originaria.” (p. 408)

Esta “ética originaria” que se vuelve inaccesible para el “ver objetivante” es equivalente a la “proximidad originaria” perdida en la era de la técnica. El advenir tecnocientífico consiste en

un modo de habitar en medio de las cosas que, antes que “dejarlas ser”, las emplaza y les impone una estructura, un orden o una verdad con miras a su explotación eficiente. Al contrario, el advenir del respeto corresponde a un habitar que permanece próximo a los fenómenos, las situaciones, las cosas y las personas “cuidando el límite” y procurando mantener su estatuto de otredad inaprehensible. De este modo, podemos afirmar que la ética del respeto planteada por Esquirol corresponde a esta ética originaria que, antes que imponer un orden sobre los entes, permite que estos sean.

Resumiendo lo dicho hasta aquí, la mirada que domina –la mirada desatenta de la técnica moderna-, lo hace a través de la superposición de los prejuicios de quien observa sobre aquello que es observado. Por medio de este acto, -esta imposición- el observador reduce la alteridad de lo otro y suplanta su singularidad con lo que ya le resulta familiar y conocido. En cambio, la mirada atenta no impone ni violencia, sino que recibe, acoge y deja libre el espacio para que lo otro se presente y se exprese en su radical alteridad.

La mirada atenta que describe el filósofo catalán se encuentra estrechamente vinculada con el “pensamiento meditativo” o “contemplativo” heideggeriano (Heidegger, 1994). De acuerdo con Heidegger, esta modalidad del pensar se contrapone al “pensamiento calculador” que se yergue como el principal modo de advenir en la era de la técnica moderna. Para el filósofo de Friburgo, el pensamiento calculador se ocupa fundamentalmente en predecir, planificar y anticiparse a las cosas: “en vez de estar abierto a cómo las cosas se dan, las emplaza en función de sus propios intereses y, así, es incapaz de limitarse a tocar las cosas y *acercarse a ellas sin violencia*” (Sassenfeld, 2016, p. 48, cursivas agregadas). En cambio, el pensamiento contemplativo tiene que ver más con un “acompañar” o “permanecer junto con” las cosas (proximidad, intimidad, contacto estrecho), permitiendo que éstas se muestren en su peculiar forma de ser, develando poco a poco su sentido para nosotros. Se trata, en definitiva, de una aproximación no-violenta y, por lo tanto, respetuosa.

Cuando nuestro habitar se orienta por la mirada atenta del respeto, preparamos el terreno para que se manifiesten en nosotros el *asombro* y la *admiración* (Esquirol, 2010), dos experiencias que permanecen ajenas a una mirada que se empeña en predecir, explicar y fijar resultados. En efecto, para Esquirol (2010) el asombro tiene que ver con la vivencia de encontrarse frente a “algo sobre lo cual no disponemos ni dispondremos nunca de ninguna explicación” (p. 94). Se trata de un sentimiento que se hermana con la extrañeza, la inquietud y la incertidumbre, enemigas acérrimas de la óptica tecnocientífica. Quien se asombra y admira ante un hecho, sea éste inusual o familiar, grandioso o discreto, se confronta con la perplejidad que genera el encuentro con aquello que se resiste a ser explicado en forma final: lo misterioso que se anuncia en la alteridad.

Sobre esta base, Esquirol (2010) sostiene que el conocimiento que emana del asombro y la admiración es, en sí mismo, un conocimiento respetuoso:

“Con la admiración, de la que debería proceder, el conocimiento suele ser más respetuoso de la cosa misma, entendiendo que, aun con todo lo que sepa, hay algo que se le escapa, de lo que nunca va a lograr un total dominio cognoscitivo.” (p. 94)

Todo intento por agotar la complejidad de un fenómeno en una explicación final supone un acto de reducción epistémica que suprime el carácter misterioso (la alteridad) del fenómeno en cuestión. Buscar certezas y fijar explicaciones sobre las cosas del mundo anula la posibilidad de continuar asombrándose, lo cual, finalmente, aniquila toda posibilidad de conocer verdaderamente. En este sentido, “la desaparición del asombro procede de un crédulo basarse en certidumbres y de una falta de atención y de esfuerzo para seguir indagando en el terreno de la perplejidad y del renovado asombro” (Esquirol, 2010, p. 95). El respeto conduce al asombro, y el asombro estimula la indagación profunda que se requiere para alcanzar una comprensión, siempre aproximada y falible, acerca de lo real.

Respeto e intimidad en el encuentro terapéutico.

Como vimos en la introducción a este trabajo, el respeto y la intimidad suelen identificarse como parte de los ingredientes esenciales de todo proceso psicoterapéutico. Sin embargo, a pesar de su amplia utilización en la literatura clínica contemporánea –y más específicamente en la literatura relacional–, ambos conceptos carecen de una definición clara y precisa que nos permita comprender en qué consiste cada uno, así como entender de qué modo éstos se relacionan. De igual modo, existen actualmente escasas referencias directas y sistemáticas sobre lo que implica, en la práctica, adoptar el respeto y el cultivo de la intimidad como imperativos del quehacer terapéutico. En mi opinión, las meditaciones de Esquirol nos ofrecen un sustento filosófico bastante robusto desde el cual abordar estos asuntos. Es así que en las próximas secciones haré un intento por enlazar las ideas del filósofo catalán con algunos elementos teórico-clínicos que son propios de la tradición relacional de la psicoterapia contemporánea.

En términos generales, la propuesta que voy a presentar a continuación se organiza en torno a cuatro argumentos principales. En primer lugar, voy a proponer que *el terapeuta respetuoso* es aquél que se aproxima a su paciente extendiendo su presencia hasta el límite en que se encuentra con la presencia de éste. En segundo lugar, afirmaré que el respeto del terapeuta se sustenta sobre el cultivo de la “prudencia”, entendida ésta como la capacidad del terapeuta para “cuidar el límite justo” en su interacción con el paciente. En tercer lugar, sostendré que

es la prudencia del terapeuta la que favorece el surgimiento de la intimidad terapéutica. Y, en cuarto lugar, voy a señalar que cuando el respeto y la intimidad se actualizan en el encuentro terapéutico, el vínculo terapeuta-paciente se transforma en un espacio de acogida y de amparo para quien consulta.

El respeto terapéutico como aproximación y contacto.

Como vimos, Esquirol (2010) sostiene que el respeto consiste en un *movimiento de aproximación*. De acuerdo con el autor, acercarse a un otro es condición *sine qua non* del respetar a esa o a ese otro. Sin embargo, Esquirol advierte que esta aproximación ha de ser cuidadosa y prudente, en el sentido de no ser excesiva, pues el colapso de la distancia justa conlleva una trasgresión de aquel límite que marca la frontera con la alteridad y que es la zona en que reside el verdadero respetar. Acercarse sin superponerse, aproximarse sin trasgredir o violentar la otredad, contactar y dialogar antes que imponer y silenciar; en esto consiste el movimiento del respeto.

Sobre esta base, se entiende que el verdadero respeto no se da cuando uno se mantiene completamente distante, abstinento o neutral en relación al otro. Muy por el contrario, el acercamiento respetuoso implica *tomar contacto* con el otro: tocar y ser tocado, ver y ser visto, conocer y ser conocido. En este sentido, el movimiento del respeto requiere de nosotros que nos atrevamos a extender nuestra propia presencia hasta el punto en que se dibuja la alteridad, justo en el límite donde el yo y el otro se reconocen, se afectan y se delimitan mutuamente. Y en la situación clínica, esto significa que el terapeuta respetuoso es aquél que se atreve a entrar en un *contacto estrecho* con la persona que es el paciente, mas sin por ello llegar a traspasar el límite en que se demarca la frontera –siempre sutil- con la otredad.

Esta forma de contacto estrecho y respetuoso conlleva al menos tres implicancias bien concretas para el trabajo terapéutico. Por un lado, supone que el terapeuta ha de reconocer y hacerse cargo de la inevitable influencia que él ejerce sobre el paciente y su experiencia. Por otro lado, implica que el terapeuta debe estar dispuesto a ser afectado e interpelado por la presencia del paciente. Finalmente, así como el terapeuta tiene un acceso relativo a la mente de su paciente a través de sus conjeturas empáticas, éste también cuenta con una serie de ideas (más o menos explícitas) sobre lo que ocurre en la mente de su terapeuta.

Un aspecto nuclear de la teoría de la técnica del psicoanálisis clásico consiste en el apego estricto a las reglas de la abstinencia, la neutralidad y el anonimato del analista (cf. Coderch, 2010). Estas prescripciones técnicas se basan en el supuesto de que el terapeuta puede ser capaz de mantener oculta su propia vida psíquica (sus emociones, sus intenciones, sus

preferencias personales, su contratransferencia, etc.), fuera del alcance de la mirada de su paciente. En palabras de Joan Coderch (2010), los representantes de la corriente troncal del psicoanálisis suponen que

“el analista ‘suficientemente analizado’ conoce, domina y controla sus emociones y su contratransferencia en el grado necesario para que su personalidad permanezca oculta para el paciente y para que el fenómeno de la transferencia surja del fondo de la mente de este último, sin que la personalidad del analista influya para nada en ella.”
(p. 163)

Esta creencia –que el terapeuta puede ubicarse de tal modo en la situación analítica que su presencia no genere un impacto sobre el paciente- ha sido cuestionada por los proponentes del paradigma relacional. En términos generales, la perspectiva relacional sostiene que la situación terapéutica se caracteriza por ser un espacio en el cual los participantes se hallan en un permanente contacto, envueltos en una serie de dinámicas interaccionales bidireccionales que discurren, a un mismo tiempo, tanto en un registro consciente como en un plano inconsciente (Aron, 2013; Coderch, 2010, 2012; Ehrenberg, 1974, 2010, 2016; Sassenfeld, 2012, 2019). Estas dinámicas se constelan a partir de un constante intercambio –explícito e implícito- entre las subjetividades de analista y paciente (Aron, 2013). En tal situación, se entiende que el terapeuta no puede sino participar en el encuentro haciendo gala de su propia subjetividad; esto es, en ningún caso le es dado mantener sus propias idiosincrasias psicológicas al margen de la interacción analítica (Renik, 1993, 1995, 1996; Sassenfeld, 2012, 2019; Szmulewicz, 2013). Lo que el analista piensa, siente y comunica durante la hora de terapia incide directamente sobre todo lo que tiene lugar en la sesión, incluyendo el conjunto de las experiencias, fantasías, asociaciones y conductas del paciente... y esto ocurre sin importar cuánto esfuerzo el terapeuta invierta en permanecer neutral, anónimo y abstinente: la influencia del analista es un hecho insalvable (Mitchell, 2015).

Del mismo modo, los desarrollos actuales de la teoría relacional tienden a subrayar el hecho de que el terapeuta no puede sino verse influido de múltiples maneras por aquello que ocurre en la mente de su paciente (Coderch, 2010; Mitchell, 2015). El asunto de la contratransferencia, sus diferentes formas de manifestación y su inclusión como un elemento articulador de la acción terapéutica ha sido un tópico ampliamente discutido en la literatura psicoanalítica contemporánea (Aron, 2013; Ehrenberg, 2016; Jacobs, 2001/2005; Sassenfeld, 2012, 2019). Mientras que la contratransferencia suele ser interpretada por los analistas más cercanos a la ortodoxia como un fenómeno que obstaculiza y distorsiona el proceso de investigación analítica, para los relacionales se trata de un elemento omnipresente e inevitable de la interacción terapéutica que, antes que ser erradicado, debe ser tenido en

consideración e incluido como un aspecto esencial del material de análisis. En palabras de Aron (2013), desde la perspectiva relacional “la contratransferencia no es un fallo ocasional que, intermitentemente, requiere investigación y eliminación, sino, más bien, es un elemento continuo y central de la investigación” (p. 198). A mi juicio, este modo de entender el fenómeno de la contratransferencia coincide plenamente con el planteo de Esquirol (2010) a propósito de que toda aproximación a los entes involucra una afectación inevitable para el sujeto cognoscente, donde el observador padece la influencia de lo o el otro en primer lugar, antes que ser él quien actúa exclusivamente sobre éste.

Desde el punto de vista relacional, el analista deja de ser concebido como un observador desapegado, neutro y autónomo, capaz de evaluar objetivamente el material provisto por el paciente (Coderch, 2010, 2012; Sassenfeld, 2012). Antes bien, se entiende que la posición del analista no lo habilita de ningún modo para permanecer ajeno a aquello que se vuelve objeto del análisis; su propia participación en la situación analítica forma parte integral del campo de estudio, consistiendo en un elemento que ha de ser considerado en sus intentos por comprender a su paciente (Coderch, 2010, 2012; Mitchell, 2015; Stern, 2010). En este sentido, el compromiso filosófico adquirido por Freud y los continuadores de su obra con las premisas científicas y objetivistas de su época ha tendido a ser desplazado por otros modos de aproximarse a la labor analítica que enfatizan la inevitable participación del analista en aquello que desea comprender (Coderch, 2010; Mitchell, 2015). Este tránsito filosófico incluye la adopción de enfoques epistemológicos alternativos al positivismo que inspiró el proyecto freudiano original, como son el constructivismo social, la teoría de la complejidad, algunas propuestas epistemológicas feministas y la hermenéutica filosófica (Aron, 2013; Sassenfeld, 2012). De igual manera, cabría agregar que esta transición de base involucra la adopción de una ética fundada en valores terapéuticos humanistas –como son el respeto, la humildad, la prudencia y el diálogo- y el consecuente abandono de la concepción utilitarista, tecnocéntrica y monológica que aún hoy orienta las vertientes más ortodoxas del psicoanálisis (cf. Sassenfeld, 2019).

Otra de las ideas que forman parte del núcleo teórico de la perspectiva relacional sostiene que, en el proceso terapéutico, el paciente cuenta siempre con un conjunto de creencias, interpretaciones y conjeturas acerca de lo que tiene lugar en la subjetividad de su terapeuta. La participación del terapeuta (sus intervenciones, sus silencios, su encuadre, la organización del *setting* en que trabaja, etc.) ofrece, de manera inevitable, una serie de pistas acerca de lo que ocurre en su propia interioridad (Aron, 2013; Coderch, 2010; Sassenfeld, 2012). En este contexto, Coderch (2010) afirma que todo cuanto hace o deja de hacer el analista en su trato con el paciente constituye un acto de revelación. Y en palabras de Aron (2013), “¡la autodevelación no es una opción para el analista, es algo inevitable!” (p. 351). Por lo tanto, el

paciente no puede sino ser concebido como un intérprete de la experiencia del terapeuta (Aron, 1991, 2013; Hoffmann, 1983/1999).

Entrar en un contacto respetuoso con el paciente supone, por lo tanto, trabar un vínculo estrecho en el cual el terapeuta se encuentra continuamente *expuesto* en un doble sentido: por un lado, expuesto a la influencia del paciente y, por otro lado, expuesto en cuanto su propia interioridad se encuentra siempre a la vista. Asimismo, esta forma de contacto estrecho implica que el terapeuta debe estar dispuesto a reconocer que su presencia ejerce una influencia permanente sobre el paciente, incluso cuando intenta mantener una postura neutral, objetiva y abstinerente. Como vimos, el contacto estrecho que supone el respeto conlleva, a un mismo tiempo, un tocar y un ser tocado, un ver y un ser visto, un conocer y un ser conocido. Y esto es precisamente lo que ocurre en la intimidad de todo encuentro terapéutico, sin que sea posible evitarlo.

El respeto terapéutico y la prudencia.

Como ya he comentado, en el ámbito de este contacto estrecho con su paciente, el terapeuta respetuoso habrá de cuidarse en todo momento de traspasar el delicado límite en que se encuentran y se distinguen el yo de la otredad. De acuerdo con Esquirol (2010), el respeto sólo se actualiza en las circunstancias de un diálogo, y el auténtico diálogo sólo es posible cuando existen dos interlocutores que comparecen el uno frente al otro en su condición de irreductible alteridad. Ciertamente, existen múltiples maneras en que los terapeutas podemos traspasar el debido límite y trasgredir, en dicho acto, la alteridad del paciente. Por un lado, cuando imponemos a nuestros pacientes nuestras propias opiniones e interpretaciones acerca de su vida y su conducta, haciendo uso de nuestras teorías psicológicas, dicha imposición lesiona la otredad al reducirla a categorías conocidas, ajenas y predefinidas. Por otro lado, la imposición de una técnica estándar que desatiende las particularidades del paciente también puede entenderse como un acto de violencia terapéutica que implica el sometimiento y el silenciamiento de su alteridad.

En relación a este último punto, uno de los motivos que han conducido a las críticas relacionales a la teoría de la técnica clásica tiene que ver con dos aspectos estrechamente relacionados. En primer lugar, los autores relacionales sostienen que la estandarización de la técnica analítica supone una excesiva *rigidización* de los aspectos prácticos de la terapia – estrategias, procedimientos, encuadre, *setting*, actitud terapéutica, etc.-, dejando poco espacio para la creatividad, la espontaneidad, la innovación y la propia personalidad y preferencias del terapeuta (Aron, 2013). En segundo lugar, la aplicación inflexible de una técnica estándar conduce a la imposición de una forma de trabajo que no necesariamente se

acomodará a las necesidades específicas de cada paciente particular (ni tampoco, dicho sea de paso, de cada terapeuta). Dado que no existe tal cosa como un "paciente genérico", una técnica genérica preestablecida fallará a la hora de acoplarse a la especificidad de cada caso.

A propósito de la rigidez y del carácter impositivo de la técnica analítica estándar, no debe sorprendernos que con mucha frecuencia se diga que los pacientes "se *someten* a análisis". Este curioso giro del lenguaje psicoanalítico revela una inquietante realidad: en muchos casos, el paciente *se somete* a un régimen de trabajo que se pone en marcha sin prestar demasiada atención a la singularidad de su propia situación vital. No debemos ir muy lejos para darnos cuenta de que este hecho refleja la presencia de un autoritarismo implícito en la actitud de muchos colegas. Y digo "implícito" pues confío en que esta actitud no responde en primer lugar a una decisión consciente, sino que obedece fundamentalmente a la inercia del mandato impersonal: "*así se hacen las cosas*".

Como vimos más arriba, uno de los aspectos de la teoría de la técnica clásica que ha sido insistentemente criticado por los autores relacionales tiene que ver con la neutralidad del analista (Coderch, 2010; Aron, 2013; León, 2013). Se trata de una de las prescripciones actitudinales centrales del psicoanálisis ortodoxo, una pauta de conducta que condiciona poderosamente todos los demás elementos técnicos del tratamiento. Sándor Ferenczi fue uno de los primeros en cuestionar esta indicación por considerarla no solamente artificial, sino incluso iatrogénica (cf. Aron, 2013). En palabras de Aron (2013):

"[Ferenczi] descubrió que la tradicional postura "anónima" y "neutral" del analista hacia sus pacientes promovía la repetición de elementos de la relación temprana del niño(a) con sus padres, lo cual justamente había propiciado las enfermedades de los pacientes. Ferenczi observó que la cortés indiferencia del analista solo era una forma de hipocresía profesional que mantenía reprimida la crítica del paciente de su analista y enmascarados los verdaderos sentimientos del analista hacia el paciente, a pesar de que estos eran percibidos por el paciente. Tanto la inaccesibilidad emocional y la falta de sinceridad del analista repetían aquellas de los padres del paciente traumatizado." (pp. 254-255)

En definitiva, según explica Aron, Ferenczi observó que "la respuesta que los pacientes habían recibido originalmente de sus padres se estaba repitiendo a través del largo silencio, frialdad y respuesta reservada del analista" (p. 261).

Podemos complementar esta observación aludiendo al concepto de "sistemas de acomodación patológica" introducido por Bernard Brandchaft (1993, 2007). Dicho en términos simples, este concepto alude a aquellas configuraciones relacionales en las que un niño se ve forzado renunciar a ciertas experiencias y necesidades con el fin mantener el

vínculo con sus principales figuras de apego. El niño se “acomoda” a las exigencias psicológicas de sus cuidadores, procurando mantener así la provisión de afecto. Esta *sumisión relacional* acarrea un sinnúmero de consecuencias negativas para el ulterior desarrollo psicológico y vincular de la persona, quien tenderá a repetir una pauta similar de acomodación en sus relaciones interpersonales futuras.

Desde el punto de vista de Brandchaft, este fenómeno tiene su origen en la inflexibilidad de los cuidadores primarios, quienes antes que ceder y adaptarse a las necesidades del niño, obligan a éste a acoplarse a las suyas. Para el autor, entonces, la función curativa del psicoanálisis descansaría sobre la posibilidad de brindarle al paciente una experiencia vincular diferente, en la cual éste tenga la oportunidad de relacionarse con un otro significativo que se muestra disponible a acoger e incentivar su singularidad. Esta nueva experiencia le permitiría al paciente “emanciparse” de la prisión relacional en la que se vio forzado a entrar desde pequeño, recuperando su libertad perdida (Brandchaft, 1993).

Vista bajo este prisma, la situación analítica bien puede transformarse en una nueva prisión relacional para nuestros pacientes, especialmente si el analista adopta irreflexivamente una actitud rígida, neutral, abstinentes y no gratificadora. Cuando el terapeuta no repara suficientemente en las necesidades específicas del paciente (cuando no lo “mira” atentamente) y organiza su participación en el encuentro terapéutico de acuerdo con pautas prefijadas –esto es, de acuerdo con *su propia necesidad* de ejecutar un análisis técnicamente correcto–, esta rigidez puede resultar en una retraumatización del paciente al repetir el esquema relacional que originalmente condujo al desajuste; cuando el paciente es forzado a adaptarse al estilo terapéutico del clínico, cuando éste se rehúsa a ceder frente a los requerimientos específicos de quien consulta (la “no gratificación”), cuando se impone un esquema de trabajo que no se adapta a la singularidad de la persona que es el paciente, sino que se mantiene circunscrito al imperativo “*así se hacen las cosas*”, se allana el camino para que el drama del paciente se vuelva a representar, una y otra vez, en la sala de atención.

Desde el punto de vista de la ética del respeto, darle a entender –explícita o implícitamente– al paciente que “*así se hacen las cosas*” en nuestra consulta constituye un acto de violencia terapéutica. Imponer una técnica impersonal sin la debida flexibilidad implica una falta de respeto a la singularidad de la persona y reviste el riesgo de mantenerla sujeta a los patrones vinculares nocivos que la llevaron en un principio a enfermar. En cambio, el terapeuta respetuoso procurará prestar una muy cuidadosa *atención* a la especificidad de la persona que tiene enfrente, dedicará un gran esfuerzo en *escuchar* a su paciente y acoger sus necesidades, adaptándose flexible y creativamente a sus requerimientos, sin por ello dejar de lado sus propias necesidades, su propio estilo personal, sus propios valores, convicciones y principios,

es decir, propia su humanidad. Esto último es importante pues respetar al otro ni significa abandonarse a uno mismo ni tampoco supone dejar que el otro nos pase a llevar. El verdadero respeto demanda tanto flexibilidad como firmeza, maleabilidad, pero también entereza y autorrespeto; el respeto terapéutico requiere que estemos realmente “presentes” en el encuentro con nuestros pacientes, participando activamente con todo nuestro ser, sin caer en reservas innecesarias y sin evitar “tocar” al otro.

Esquirol (2018) nos ofrece una interesante reflexión sobre este delicado e importante asunto, señalando que en nuestro trato con la alteridad requerimos sostener lo que él llama “un mínimo de posición” (p. 98). En palabras del autor, “un mínimo de posición significa cuidar de uno mismo y quererse convenientemente” (p. 98), de un modo tal que nos sea posible mantenernos completos e integrados de cara a lo distinto. Es más, el pensador catalán sostiene que esta disposición a cuidar de uno mismo es lo que nos faculta para ofrecer el mismo trato cuidadoso a los demás: “quien no se quiera mínimamente a sí mismo, no podrá amar a los demás; del mismo modo que quien no cuide de sí mismo tampoco podrá cuidar a los demás” (p. 100). En definitiva, al tratar con la alteridad requerimos de “un mínimo de posición, desde donde generar y abrir las manos” (p. 100). Nuevamente aquí nos encontramos con la idea de que el contacto respetuoso requiere de nosotros que nos sintamos suficientemente cómodos con ser nosotros mismos en nuestro trato con los pacientes, lo cual supone atrevernos a ejercer una influencia personal y directa sobre la experiencia y la vida de quien consulta. En realidad, como hemos visto, esta influencia resulta, en verdad, inevitable. Por lo tanto, nuestro “mínimo de posición” se actualiza cuando somos plenamente conscientes de este hecho insalvable sin engañarnos y sin abstenemos de afectar a nuestros pacientes. Es sólo bajo estas condiciones que se vuelve posible el surgimiento de la verdadera *intimidad*.

Por cierto, cabe aclarar en este punto que las críticas desarrolladas por los autores relacionales a la técnica clásica en psicoanálisis en ningún caso apuntan a negar la importancia del manejo que todo clínico debe tener de las teorías y las técnicas de intervención que son propias de su enfoque. Tampoco pretenden invisibilizar el valor de elementos tan cruciales como el establecimiento y el mantenimiento de un encuadre terapéutico claramente definido, estable y predecible. En este sentido, me parece que serían pocos los colegas que se mostrarían en desacuerdo con que todo psicoterapeuta mínimamente competente debe conocer y saber aplicar adecuadamente los procedimientos técnicos que forman parte esencial de su disciplina. La idea que deseo transmitir es que la aplicación adecuada de la técnica terapéutica consiste en hacer un uso *prudente* de la misma.

Como vimos más arriba, la prudencia consiste en la actitud de quien se cuida de trasgredir un límite que no debe ser traspasado. En nuestro caso, este límite equivale a la frontera que delimita nuestro encuentro con la alteridad irreductible de nuestros pacientes. Tanto la imposición de un esquema de trabajo preestablecido a nuestros pacientes, como el hacer un uso mecánico e irreflexivo de nuestras técnicas terapéuticas suponen, desde esta perspectiva, acciones imprudentes en las que uno avasalla la singularidad del otro por medio de la superposición de lo propio y lo conocido. Del mismo modo, cuando limitamos nuestra participación en el encuentro terapéutico a una mecánica aplicación de procedimientos técnicos estandarizados, en ese mismo ejercicio nos vemos forzados a hacer a un lado nuestra propia humanidad –renunciamos a nuestro “mínimo de posición”–, lo cual supone faltarnos al respeto, cometiendo una imprudencia para con nosotros mismos. Vista así, la verdadera prudencia terapéutica exige ocupar con dignidad nuestro propio espacio existencial, extendernos cómodamente en todo lo ancho de nuestro ser –ser cada vez más nosotros mismos–, llegar hasta el punto justo donde nuestra individualidad colinda con la singularidad del paciente y mantenernos habitando en ese delgado límite, firmes y al mismo tiempo flexibles, activos y receptivos, respetuosos y vigilantes.

Cabe señalar que el valor de la prudencia también ha encontrado un lugar propio en la teorización psicoanalítica contemporánea, estrechamente vinculado con la noción de “práctica” (Orange, Atwood y Stolorow, 2001; Sassenfeld, 2016). Sassenfeld (2016) afirma que la psicoterapia psicoanalítica relacional consiste, antes que todo, en una disciplina eminentemente “práctica”. De acuerdo con el autor, “una práctica no puede nunca entenderse como una mera aplicación o uso de conocimientos teóricos y/o técnicos pre-existentes” (p. 192). Antes bien, se trata de un hacer que se funda en una forma de “sabiduría práctica” que trasciende –a la vez que incluye– tanto el conocimiento teórico como la pericia técnica. Sin embargo, el tipo específico de sabiduría que se requiere en este caso equivale a lo que Hans-Georg Gadamer llamó “*reflexión sensata o juiciosa*”, “*razonabilidad práctica*” o “*razonabilidad responsable*” (Sassenfeld, 2016, p. 492, cursivas en el original), tres posibles traducciones de la voz griega *phronesis*. Interesantemente, *phronesis* se vierte al latín como *prudencia*, precisamente esa *prudencia* de la que veníamos hablando. Un terapeuta “*phronético*” es aquél que, poseyendo un dominio suficiente sobre las teorías y recomendaciones técnicas que son propias de su enfoque, es capaz de razonar y de desarrollar una postura personal, crítica y prudente respecto de estos elementos a la hora de *practicar* su oficio (Orange, Atwood y Stolorow, 2001; Sassenfeld, 2016): “a diferencia de la técnica [...], la práctica coloca una responsabilidad significativa de decisión sobre quien ejerce la práctica. La práctica resulta ser exigente porque demanda de manera continua el desarrollo de una postura personal” (Sassenfeld, 2016, p. 205), donde el juicio del practicante cumple un papel

indispensable. Tal como yo interpreto esta idea, la noción de una postura personal se emparenta con la posición mínima de Esquirol (2018).

El respeto terapéutico y el surgimiento de la intimidad.

Como ya he mencionado en más de una ocasión, uno de los elementos más relevantes de la técnica clásica tiene que ver con el modo en que el analista debe manejar las vicisitudes de la relación terapéutica. Las reglas de la abstinencia, el anonimato, la neutralidad y la no gratificación son componentes centrales de esta orientación, donde se espera que el terapeuta se cuide en todo momento de revelar su propia subjetividad, operando como una "pantalla en blanco" sobre la cual el paciente tenga oportunidad de proyectar sus fantasías transferenciales. Asimismo, en ciertas vertientes más próximas a la ortodoxia existen múltiples recomendaciones e incluso reglas de conducta que el analista debe observar con el fin de lograr un análisis exitoso, incluyendo sugerencias sobre qué se debe hacer en caso que un paciente ofrezca un regalo a su terapeuta (cf. Talan, 1989), indicaciones a propósito de la manera correcta de saludar y despedirse, prescripciones lingüísticas relativas al trato formal que debe darse al paciente (por ejemplo, tratarle de "usted" y no de "tú") (cf. Orange, 2012, p. 20), entre otras.

Estas disposiciones técnicas relativas al encuadre cumplen una función fundamental en el contexto de un psicoanálisis entendido como ciencia: cuando el analista mantiene una actitud desapegada y pretendidamente objetiva en su trato con el paciente, lo que hace es resguardar la objetividad de sus pesquisas al no introducir su propia subjetividad en el intercambio (Coderch, 2010; Mitchell, 2015). De igual modo, al adoptar dicha actitud, el terapeuta orchestra una situación relacional óptima para la instalación de la neurosis de transferencia – su principal objeto de análisis. Así pues, con el fin de asegurar tanto su objetividad como su función terapéutica, el analista debe mantener en todo momento una actitud *distante* respecto de su paciente, una *distancia analítica* que le permita, entre otras cosas, sostener tanto su posición de autoridad como su estatuto de científico competente.

Entendida desde el prisma de la fenomenología del respeto, esta distancia analítica parece alejarse demasiado del contacto estrecho sobre el cual se funda el verdadero respeto y la intimidad. Como hemos visto, Esquirol (2010) sostiene que el movimiento del respeto consiste en un saber mantener la debida distancia, sin acercarse ni alejarse demasiado. En palabras del autor, "el acercarse del respeto ha de ser un aproximarse manteniendo la conveniente distancia, y en esto consiste su especificidad" (pp. 65-66); "he aquí, pues, una de las claves del respeto: la *justa* distancia" (p. 68, cursivas en el original). Ahora bien, cabe preguntarnos: ¿cuál será la medida de la distancia "conveniente" y "justa"? ¿De qué modo

podemos saber si nos encontramos demasiado cerca o demasiado lejos? Esquirol nos advierte: "hay que estar muy atentos para saberla encontrar, no hay medidas canónicas que nos puedan servir ni métodos de cálculo; en cada caso su hallazgo dependerá de nuestra capacidad para percibir y para atender" (pp. 68-69). En otras palabras, para encontrar la distancia justa –la distancia respetuosa, la que resulta verdaderamente *prudente* para cada caso y para cada momento-, no nos sirve de mucho basarnos en una regla estándar, definida apriorísticamente, sino que debemos prestar verdadera atención a aquello que tenemos en frente, detenernos a mirar y a escuchar atentamente, seguir cuidadosamente el continuo despliegue de lo otro para así poder intuir el límite preciso en que se perfila su alteridad.

Desde el punto de vista de Esquirol (2010), es en este delicado y esquivo límite donde tiene lugar el fenómeno de la *proximidad*: "la mirada atenta puede definirse también como el movimiento que nos lleva a la proximidad de los demás, de las cosas, del mundo, del cielo y de la tierra" (p. 12). Dicha proximidad consiste en lo que más arriba llamé "proximidad originaria": esa manera de vincularnos con la alteridad que es previa a todo acto de violencia. Proximidad, intimidad, cercanía; un modo de ser-con lo otro que nos sitúa en un contacto estrecho y respetuoso con la alteridad. Se trata un modo de habitar que nos es originario y que se ubica en las antípodas del advenir técnico-científico.

En su ensayo sobre el respeto, Esquirol (2010) se detiene especialmente en la violencia que ejerce quien se aproxima en exceso a lo otro. Como ya he mencionado en más de una ocasión, la violencia consiste para nuestro autor en el colapso de toda distancia, es decir, en la superposición del yo sobre lo otro. Sin embargo, considero importante subrayar que la violencia también se puede intuir en el movimiento de signo contrario, esto es, cuando el yo se aleja excesivamente, especialmente cuando "lo otro" es una persona humana que sufre. Tal como yo lo veo, este tipo de violencia se concretiza en al menos tres formas: la *indiferencia*, el *abandono* y la *objetivación*.

En primer lugar, la indiferencia supone el volvernos de espaldas al otro, mirar hacia otro lado y no prestarle verdadera atención. La palabra en sí misma es elocuente: cuando el otro me resulta *in-diferente*, esto significa que no reparo en su cualidad de distinto, en su alteridad. La distancia radical que sustenta la indiferencia nos protege del llamado del otro –Lévinas diría el llamado del "rostro"-, nos sitúa por fuera de su rango de influencia y nos permite volvernos insensibles a su experiencia de sufrimiento; en la indiferencia, cabe la posibilidad de desentendernos de lo que el otro padece para seguir ocupándonos de nuestros propios asuntos.

En segundo lugar, tenemos que el abandono se sigue de la indiferencia; es su consecuencia más directa e inevitable. En clave levinasiana, cuando el otro no destaca para mí en su

condición de alteridad, cuando lo que logro percibir del otro es sólo su semblante más no su rostro, entonces su demanda no me toca, no me afecta, no me interpela, y así me encuentro libre de *desatender* a su llamado. En definitiva, abandonar al otro significa dejarlo solo en su situación de desamparo, desoyendo su demanda de cuidado y protección. Este abandono puede vehiculizarse de diferentes maneras, algunas más concretas que otras: dar un paso al lado y seguir mi camino, hacerme el sordo, negarme a brindar la asistencia requerida, etc.; pero también guardar silencio, habiendo oído el llamado del otro, no decir nada cuando la respuesta oportuna es la palabra.

Por último, la objetivación del otro involucra un ejercicio de abstracción que desvincula, un distanciamiento epistémico que neutraliza todo posible encuentro verdaderamente humano. Cuando el otro es visto y tratado como un mero objeto "a la vista", allí enfrente, separado de mí y disponible para ser entendido, explicado y manipulado, ese otro deja de ser para mí un ser humano. Y, no lo olvidemos, de "objeto" a "recurso" hay sólo un paso; el otro vuelto objeto bien puede convertirse para mí en un útil, en un medio, en un recurso explotable. Vistos así, la indiferencia, el abandono y la objetivación forman parte de la constelación de la violencia; son tres facetas de un mismo fenómeno, cuyo despliegue se sostiene en la distancia excesiva y la consecuente desvinculación.

Tomando en cuenta todo lo dicho hasta aquí, podemos afirmar que tanto la supresión de la distancia como el alejamiento excesivo nos sitúan en una posición en relación a la alteridad que no permite la intimidad; ésta necesita cercanía, proximidad, vecindad. La violencia se actualiza en ambos polos por igual, lo cual nos fuerza a reparar en la importancia de cultivar una actitud que nos permita ubicarnos justo en el límite, en el borde, "al filo de la intimidad" (Ehrenberg, 2016). Esta actitud que reconoce y resguarda el límite justo es el respeto; y el respeto del terapeuta es lo que favorece el surgimiento de la intimidad en la situación clínica.

Visto lo anterior, podemos afirmar que la técnica clásica adolece de intimidad en un doble sentido. Por una parte, la distancia analítica dista de ser prudente, pues tiende a instalar una lejanía excesiva que nos impide aproximarnos, reconocer y respetar verdaderamente al otro. Por otra parte, la imposición de un esquema de trabajo preestablecido involucra un acercamiento excesivo que anula el verdadero contacto al superponer lo propio sobre el otro. En definitiva, la técnica clásica nos ubica, a un mismo tiempo, demasiado lejos y demasiado cerca del paciente, o incluso, ni lejos ni cerca, sino en una posición que –siguiendo en esto a Esquirol (2010)- cabría llamar "*indistante*":

"¿Qué es la proximidad? No de la distancia sino de la *indistancia* es de lo que la proximidad se diferencia. De la indistancia, de lo que no está ni cerca ni lejos, de lo que

adviene como un mundo homogéneo e indiferenciado, a pesar de sus formas coloreadas y brillantes.” (pp. 12-13)

Por lo tanto, una práctica alineada con el principio del respeto necesita, antes que cualquier otra cosa, restituir la intimidad en el encuentro terapéutico. Lo anterior implica renunciar a la indistancia que homogeniza y desvincula, disponiéndonos a acercarnos humanamente a nuestros pacientes. Este acercamiento, a su vez, conlleva reconocer que la presencia del otro actúa sobre nosotros, tanto o más de lo que nuestra propia presencia y acción terapéuticas pueden llegar a afectarle. Y para hallar el límite justo en cada momento necesitamos cultivar la sensibilidad, la empatía y la disponibilidad emocional. En este sentido, la *intimidad terapéutica* se entrelaza con la *mutualidad*, un fenómeno que ha sido ampliamente revisado en la literatura analítica relacional (Aron, 2013; Ehrenberg, 1974, 2010, 2016; Hadar, 1998; Kieffer, 2014; León y Ortúzar, 2019; Mitchell, 2015; Sassenfeld, 2012, 2019; Stern, 2010, 2015).

Darlene Ehrenberg (1974, 1975, 2010, 2016) es probablemente la primera autora en tratar en profundidad el papel que cumple la intimidad en la psicoterapia psicoanalítica. De acuerdo con Ehrenberg, saber trabajar en lo que ella llama “el borde íntimo” de la relación (*the intimate edge*) constituye un aspecto crucial de la acción terapéutica del psicoanálisis, consistiendo en una habilidad imprescindible para todo clínico de orientación analítica. Como veremos en seguida, desde el punto de vista de la autora, el fenómeno la intimidad no puede concebirse si no es sobre la base de la mutualidad; trabajar en el borde íntimo supone reconocer y hacerse cargo de la inevitable influencia mutua que se constela consciente e inconscientemente entre el analista y su paciente. En efecto, la autora sostiene que “el analista y el paciente simplemente *no pueden* evitar tener un efecto sobre el otro, incluso si ambos permanecen totalmente en silencio” (Ehrenberg, 2010, p. 123). Si bien puede ser que en un registro explícito parezca que nada está ocurriendo, en un nivel implícito la sola presencia de cada participante ejerce una poderosa influencia sobre el modo en que se configura la experiencia presente de su contraparte (Ehrenberg, 2016).

En su *Diccionario Introductorio de Psicoanálisis Relacional e Intersubjetivo*, León y Ortúzar (2019) incluyen un apartado dedicado a la intimidad, en el cual resumen brevemente algunos de los elementos clave de la propuesta de Ehrenberg sobre este tópico. En primer lugar,

“el trabajo clínico ‘al filo de la intimidad’ supone para Ehrenberg (1974) interactuar en el punto de contacto emocional máximo de la relación terapéutica, sin llegar a la fusión ni a la violación de la autonomía e integridad de cada participante.” (p. 329)

Este “punto de contacto emocional máximo” –el “borde íntimo”– es la zona limítrofe donde se encuentran e interactúan las subjetividades del analista y el paciente, consistiendo en la interfaz donde tienen lugar las transacciones transferenciales y contratransferenciales que

resultan inevitables en todo análisis. En otras palabras, es en esta área de contacto interpersonal donde tiene lugar la comunicación inconsciente que anima las escenificaciones que cristalizan a lo largo del proceso de terapia. De acuerdo con Ehrenberg (2016), los fenómenos de la transferencia y la contratransferencia no pueden ser entendidos como entidades separadas e independientes, sino que corresponden a dos facetas de un mismo proceso co-transferencial unitario que se articula en la matriz intersubjetiva formada por la interacción constante de las subjetividades de analista y paciente. Desde este punto de vista, se entiende que la transferencia y la contratransferencia son co-creadas en el transcurso de la interacción de ambos participantes, consistiendo en fenómenos que co-emergen y que se condicionan mutuamente en el espacio transaccional de la intimidad terapéutica.

La configuración de este límite de contacto no es estática, sino que varía momento a momento en función de lo que transcurre explícita e implícitamente entre quienes conforman la díada terapéutica. Esto significa que trabajar “al filo de la intimidad” requiere de un esfuerzo significativo por parte del analista por prestar una constante y cuidadosa atención a las sutiles –y no tan sutiles- variaciones de su propio estado mental, así como a las señales que provienen del paciente y que dan cuenta de los cambios emocionales experimentados por éste durante el intercambio. Asimismo, el terapeuta ha de permanecer atento a las inflexiones de la relación, reconociendo y respondiendo oportunamente a los cambios emergentes en el vínculo, y manteniendo la conciencia de que dichas fluctuaciones relacionales son producto de las contribuciones de ambas partes, no siendo atribuibles exclusivamente al paciente.

Sobre esta base, el modelo de trabajo que Ehrenberg propone pone el acento en la centralidad del abordaje analítico de los fenómenos co-transferenciales que se despliegan a lo largo del proceso. Dicho abordaje involucra tanto el reconocimiento como la negociación de las diferencias, dificultades e *impases* que inevitablemente emergen en el encuentro con el paciente, con miras a clarificar las dinámicas relacionales que se conjugan en dichos eventos y ofrecer alternativas vinculares novedosas y potencialmente enriquecedoras. Así, “en la situación terapéutica, el foco está puesto en tratar de encontrarse en esta zona de intimidad emocional compartida y explorar las dificultades involucradas, para desde allí dirigirse a las asociaciones con la historia de vida del paciente” (León y Ortúzar, 2019, p. 330). Desde este punto de vista,

“trabajar clínicamente al filo de la intimidad o en el borde íntimo de la relación es el corazón mismo de la acción terapéutica (Ehrenberg, 1992). Esto significa permanecer cerca de la experiencia intersubjetiva inmediata, intentar abrir el momento intersubjetivo de manera analítica, clarificar cómo cada uno afecta y es afectado por

el otro, de manera de crear juntos un nuevo tipo de experiencia que cambia la trayectoria de la interacción en curso.” (p. 329)

Según explican León y Ortúzar (2019), esta propuesta implica que el analista ha de reconocer que su participación en el encuentro terapéutico incluye siempre la puesta en juego de su propia subjetividad, de tal suerte que “nociones técnicas del psicoanálisis tradicional como ‘neutralidad’ y ‘pantalla en blanco’ (Freud, 1912) ya no son sostenibles” (p. 330). En otras palabras, la propuesta de Ehrenberg nos invita a abdicar de la distancia analítica clásica por consistir en una actitud no sólo resulta insostenible, sino que resulta perjudicial para los objetivos de la terapia. Más aún, la autora sostiene que el mismo hecho de asumir que el terapeuta es un intérprete objetivo del material provisto por el paciente bien puede ser “un reflejo de una escenificación colusiva y de la convergencia de la necesidad de ambos de ver al analista como un otro omnisciente o una autoridad benévola en la que uno puede confiar” (Ehrenberg, 2010, p. 124).

A mi parecer, la teoría relacional de Ehrenberg sobre el trabajo en el borde íntimo enlaza con algunos de los planteamientos de Esquirol (2010, 2015) a propósito de la proximidad y la intimidad. En primer lugar, ambos autores coinciden en afirmar que el fenómeno de la intimidad consiste en un modo de estar-con un otro donde tanto la integridad como la autonomía y la diferencia de quienes participan del encuentro se mantienen intactas. En otras palabras, en la intimidad no existe ni fusión ni superposición, sino verdadero *contacto*, verdadero *encuentro*. Este encuentro interhumano tiene lugar en el punto exacto donde se tocan e interactúan las individualidades de cada uno, sin que se llegue realmente a traspasar el delicado límite que describe la presencia –la alteridad- de cada cual.

En segundo lugar, tanto Ehrenberg como Esquirol reconocen que moverse en el filo de la intimidad requiere tanta sensibilidad como *atención*. Desde el punto de vista de Esquirol (2010), la aproximación respetuosa y prudente que favorece el contacto íntimo depende de la *mirada atenta* y cuidadosa que es propia de quien procura mantener en todo momento la justa distancia. Esta mirada atenta –ya lo hemos visto- es aquella que permanece abierta a la alteridad, que se mantiene vulnerable y sensible a la voz del otro, y que no puede sino reconocer y hacerse cargo de la responsabilidad que le cabe de no trasgredir el límite de la otredad y de responder oportunamente a su situación de desamparo y fragilidad. Ehrenberg (2016), por su parte, afirma que mantenerse en el punto de máximo contacto emocional con el paciente supone prestar atención a la cualidad variable y fluctuante tanto de la relación terapéutica como de lo que se constela en el mundo “interno” de cada uno de los participantes. El límite de contacto que a un mismo tiempo distingue y vincula al analista y su paciente se mueve incesantemente al ritmo de la interacción, por lo que atender a estas

variaciones resulta crucial para saber conservar la cercanía que en cada momento resulta óptima.

Finalmente, ambos autores consideran que en el contacto íntimo con otro ser humano la presencia de ese otro nos afecta, sin que sea posible en ningún caso abstraernos de su influencia. Cuando se actualiza un verdadero encuentro interhumano, la cercanía que allí tiene lugar conduce inevitablemente a lo que más arriba llamé “afectación por proximidad”. El único modo en que puedo liberarme del influjo del otro es aumentando la lejanía hasta el punto en que el otro me resulte indiferente, o bien colapsar toda distancia para superponer mi voz sobre la del otro, anulando su alteridad. En tales casos, ya no podemos hablar de intimidad pues, como vimos, la intimidad es antónima de la indistancia.

Sólo cabría agregar que en esta forma de terapia el analista ha de ser igualmente consciente de su propia influencia sobre la experiencia presente del paciente. En el trabajo analítico al filo de la intimidad, no cabe la posibilidad abstenernos de afectar al otro de múltiples maneras (Ehrenberg, 2016). En realidad, lo que debiese ocuparnos es prestar la debida atención al modo en que tanto nuestra presencia como nuestras intervenciones hacen diana en la vivencia de quien tenemos en frente, movilizándolo sus afectos, sus fantasías, etc. Es en este sentido que Buechler (2018) afirma que “sentirse bien al causar un impacto es, creo yo, un requisito para el analista” (p. 85), desoyendo los mandatos de la abstinencia, la neutralidad y la no gratificación de la vertiente clásica del psicoanálisis.

El respeto y la intimidad terapéutica como amparo.

Cuando la intimidad se actualiza en la relación terapéutica, el vínculo que se despliega entre el terapeuta y su paciente se convierte espontáneamente en un espacio de acogida y de amparo existencial que resguarda, protege y restituye. El respeto del terapeuta y la intimidad relacional garantizan la seguridad de la situación clínica. Pero no se trata solamente de que el espacio terapéutico sea suficientemente seguro para el paciente –de hecho, Philip Bromberg (2001) ha dicho que el espacio terapéutico debe ser seguro, pero no *demasiado* seguro-, sino que la presencia respetuosa, atenta y hospitalaria del terapeuta pueda operar como el vehículo del amparo existencial que requiere todo ser humano (todo resistente) para proseguir con su vida en el seno de un mundo inclemente. La intimidad terapéutica forja un espacio relacional que puede servir como un *hogar*, esto es, como un espacio en el cual se cultiva y se ejerce activamente la “resistencia íntima” de la que nos habla Esquirol (2015). En este punto, viene a mi mente la conocida metáfora de Stolorow (2007), quien interpreta el vínculo terapéutico como un potencial “hogar relacional” para todas aquellas experiencias

que han permanecido desprovistas de acogida, entendimiento y aceptación en la vida del paciente.

Esta forma de hospitalidad terapéutica ha sido subrayada por Orange (2012, 2013), quien sostiene que la adopción de una actitud disponible, amable y benévola por parte del terapeuta constituye un imperativo ético de inestimable relevancia y que cuenta con un rol preeminente en la práctica clínica, muy por sobre la observancia de las reglas clásicas del tratamiento analítico. La propuesta de Orange se funda explícitamente en la filosofía de la alteridad de Lévinas, donde el otro es visto y tratado como alguien que reclama para sí un trato respetuoso y atento. Este trato respetuoso requiere que el terapeuta reconozca y responda de manera oportuna a las necesidades específicas del “desconocido que sufre”. En sus palabras, “las necesidades del desconocido que sufre son la *raison d’être* de la relación terapéutica y, si nos olvidamos de esto, puede seguir todo tipo de fallas éticas” (Orange, 2013, p. 55, cursivas en el original).

Desde el punto de vista de la terapéutica levinasiana articulada por Orange, en la situación clínica “estamos llamados a responder y no abandonar” (Orange, 2013, p. 57) a nuestros pacientes. Y esta respuesta oportuna se funda en nuestra propia sensibilidad como personas y terapeutas. En la intimidad del hogar terapéutico, “necesitamos estar conmovidos para responder” (p. 61); debemos permanecer disponibles al llamado del otro, atentos a su fragilidad, es decir, su experiencia de sufrimiento nos debe tocar, emocionar y afectar de un modo tal que no nos quede más opción de acogerlo y ampararlo.

Desde la perspectiva de Esquirol (2015), todo ser humano es un resistente. Y, por supuesto, nuestros pacientes no son la excepción. Sus intentos por adaptarse a las condiciones adversas de su medio son aquello que les ha permitido sobrevivir física y psicológicamente a la violencia, la injusticia y la indiferencia a la que se han visto expuestos a lo largo de sus vidas. Sin embargo, dichas estrategias han tenido un costo altísimo, pues los mismos mecanismos que los han salvado también han horadado su bienestar y limitando su potencial de desarrollo. Pues bien, la acogida hospitalaria, respetuosa y generosa del terapeuta puede servir como un antídoto para todo este malestar. En definitiva, la intimidad que acompaña el contacto respetuoso puede curar –o por lo menos aliviar– el desgaste sufrido en “las afueras” (Esquirol, 2015, 2018).

REFERENCIAS

- Acevedo, J. (2014). *Heidegger: existir en la era técnica*. Santiago: Universidad Diego Portales.
- Acevedo, J. (2017). *Heidegger y la época técnica*. Santiago: Editorial Universitaria.

- Aron, L. (1991). The patient's experience of the analyst's subjectivity. *Psychoanalytic Dialogues*, 1(1), 29-51.
- Aron, L. (2013). *Un encuentro de mentes: mutualidad en el psicoanálisis*. Santiago: Ediciones Universidad Alberto Hurtado.
- Ávila, A. (2010). Prólogo. En J. Coderch. *La práctica de la psicoterapia relacional: el modelo interactivo en el campo del psicoanálisis* (pp. 12-20). Madrid: Ágora Relacional.
- Brandchaft, B. (1993). To free the spirit from its cell. *Progress in Self Psychology*, 9, 209-230.
- Brandchaft, B. (2007). Systems of pathological accommodation and change in analysis. *Psychoanalytic Psychology*, 24, 667-687.
- Brito, R. (2018). *Heidegger y la existencia propia: una ética para enfrentar la actual crisis planetaria*. Santiago: RIL.
- Bromberg, P.M. (2001). *Standing in the spaces: essays on clinical process, trauma, and dissociation*. New York, NY: Psychology Press.
- Buechler, S. (2018). *Valores de la clínica: emociones que guían el tratamiento psicoanalítico*. Madrid: Ágora Relacional.
- Butler, J. (2020). *Sin miedo: formas de resistencia a la violencia de hoy*. Santiago: Taurus.
- Carrasco, E. (2010). *El hombre y lo otro: ensayos sobre Nietzsche, Heidegger y Sartre*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Coderch, J. (2010). *La práctica de la psicoterapia relacional: el modelo interactivo en el campo del psicoanálisis*. Madrid: Ágora Relacional.
- Coderch, J. (2012). *Realidad, interacción y cambio psíquico: la práctica de la psicoterapia relacional II*. Madrid: Ágora Relacional.
- Duarte, I.M. (2019). De la identidad a la intimidad: el desarrollo de Mercedes. *Clínica e Investigación Relacional*, 13(1), 243-250.
- Ehrenberg, D.B. (1974). The intimate edge in therapeutic relatedness. *Contemporary Psychoanalysis*, 10, 423-437.
- Ehrenberg, D.B. (1975). The quest for intimate relatedness. *Contemporary Psychoanalysis*, 11, 320-331.
- Ehrenberg, D.B. (2010). Working at the 'intimate edge'. *Contemporary Psychoanalysis*, 46(1), 120-141.
- Ehrenberg, D.B. (2016). *Al filo de la intimidad: extendiendo el alcance de la interacción psicoanalítica*. Madrid: Ágora Relacional.
- Esquirol, J.M. (2010). *El respeto o la mirada atenta*. Barcelona: Gedisa.
- Esquirol, J.M. (2015). *La resistencia íntima: ensayo de una filosofía de la intimidad*. Barcelona: Acantilado.
- Esquirol, J.M. (2018). *La penúltima bondad: ensayo sobre la vida humana*. Barcelona: Acantilado.
- Gondra, J. (1984). *La psicoterapia de Carl R. Rogers*. Bilbao: Descleé de Brouwer.

- Hadar, U. (1998). The evolution of mutuality in the resolution of transference. *The American Journal of Psychoanalysis*, 58, 391-404.
- Heidegger, M. (1994). *Serenidad*. Barcelona: Ediciones del Serval.
- Heidegger, M. (2007). *Filosofía, ciencia, técnica*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Heidegger, M. (2015). *Ser y tiempo*. Santiago: Editorial Universitaria.
- Hoffmann, I.Z. (1983/1999). The patient as interpreter of the analyst's experience. En L. Aron & S.A. Mitchell (Eds.), *Relational psychoanalysis: the emergence of a tradition* (pp. 39-75). New York, NY: Routledge.
- Jacobs, T. (2001/2005). On misreading and misleading patients: some reflections on communications, miscommunications, and countertransference enactments. En L. Aron & A. Harris (Eds.), *Relational psychoanalysis: innovation and expansión* (pp. 175-204). New York, NY: Routledge.
- Jaison, B. (2006). *La integración de la terapia experiencial y la terapia breve: un manual para terapeutas y orientadores*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Kieffer, C.C. (2014). *Mutuality, recognition, and the self: psychoanalytic reflections*. London: Karnac Books.
- León, S. (2013). *Psicoterapia psicoanalítica: una ética terapéutica más allá de la técnica*. Santiago: RIL.
- León, S. & Ortúzar, B. (2019). *Diccionario introductorio de psicoanálisis relacional e intersubjetivo*. Santiago: RIL.
- Lévinas, E. (1987). *De otro modo de ser o más allá de la esencia*. Salamanca: Sígueme.
- Lévinas, E. (2000). *Ética e infinito*. Madrid: Visor.
- Mearns, D. & Cooper, M. (2011). *Trabajando en profundidad relacional en counseling y psicoterapia*. Buenos Aires: Gran Aldea Editores.
- Mitchell, S.A. (2015). *Influencia y autonomía en psicoanálisis*. Madrid: Ágora Relacional.
- Olivos, P. (2019). Intimidad en la relación psicoterapéutica. *Psiquiatría y Salud Mental*, 3/4(XXXVI), 109-118.
- Orange, D.M. (2012). *Pensar la práctica clínica: recursos filosóficos para el psicoanálisis contemporáneo y las psicoterapias humanistas*. Santiago: Cuatro Vientos.
- Orange, D.M. (2013). *El desconocido que sufre: hermenéutica para la práctica clínica cotidiana*. Santiago: Cuatro Vientos.
- Orange, D.M., Atwood, G.E., & Stolorow, R.D. (2001). *Working intersubjectively: contextualism in psychoanalytic practice*. New York, NY: Routledge.
- Porfis, S. (2017). Intimacy in psychotherapy: from "white noise" to meaningful communication. *International Forum of Psychoanalysis*, 27(4), 219-228.
- Reis, H.T., & Shaver, P. (1988). Intimacy as an interpersonal process. En S.W. Duck, D.F. Hay, et. Al. (Eds.), *Handbook or personal relationships: theory, research and interventions* (pp. 367-389). Oxford: John Wiley & Sons.

- Renik, O. (1993). Analytic interaction: conceptualizing technique in light of the analyst's irreducible subjectivity. *The Psychoanalytic Quarterly*, 62(4), 553-571.
- Renik, O. (1995). The ideal of the anonymous analyst and the problem of self-disclosure. *The Psychoanalytic Quarterly*, 64(3), 466-495.
- Renik, O. (1996). The perils of neutrality. *The Psychoanalytic Quarterly*, 65(3), 495-517.
- Rogers, C. (2011). *El proceso de convertirse en persona: mi técnica terapéutica*. Barcelona: Paidós.
- Sassenfeld, A. (2012). *Principios clínicos de la psicoterapia relacional*. Santiago: SODEPSI
- Sassenfeld, A. (2016). *El espacio hermenéutico: comprensión y espacialidad en la psicoterapia analítica intersubjetiva*. Santiago: SODEPSI
- Sassenfeld, A. (2019). *Los giros del psicoanálisis contemporáneo: una introducción al psicoanálisis relacional*. Santiago: RIL.
- Schneider, K.J., & Krug, O.T. (2009). *Existential-humanistic therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Stern, D.B. (2010). *Partners in thought: working with unformulated experience, dissociation, and enactment*. New York, NY: Routledge.
- Stern, D.B. (2015). *Relational freedom: emergent properties of the interpersonal field*. New York, NY: Routledge.
- Stolorow, R.D. (2007). *Trauma and human existence: autobiographical, psychoanalytic, and philosophical reflections*. New York, NY: The Analytic Press.
- Szmulewicz, T. (2013). La persona del terapeuta: eje fundamental de todo proceso terapéutico. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 51(1), 61-69.
- Spinelli, E. (2007). *Practising existential psychotherapy: the relational world*. London: Sage.
- Talan, K.H. (1989). Gifts in psychoanalysis. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 44(1), 149-163.
- Task Force for the Development of Guidelines for the Provision of Humanistic Psychosocial Services (1997). Training and ethics. Guidelines for humanistic practice. *The Humanistic Psychologist*, 25(3), 309-317.
- Yalom, I.D. (2009). *The gift of therapy: an open letter to a new generation of therapists and their patients*. New York, NY: Harper Collins.

Original recibido con fecha: 25/3/2022

Revisado: 28/3/2022

Aceptado: 30/03/2022