

An abstract painting with a textured, layered appearance. The top half is dominated by shades of blue and purple, with a dark silhouette of a bird in flight. The bottom half is a vibrant, multi-colored palette of reds, oranges, yellows, greens, and blues, with a white curved shape at the very bottom.

# Sobre la Condición Humana

Paleta de colores

Andrés Sánchez Bodas



**SOBRE LA**  
**CONDICIÓN HUMANA**

PALETA DE COLORES

**ANDRES SANCHEZ BODAS**

**ESCRITOS**

Arte de tapa: Federico Aljanati

## **INDICE**

- DEDICATORIAS
- POEMA DE APERTURA
- PROLOGO

**INTRODUCCION: Sobre la Condición Humana- Paletas de Colores**

## **ESCRITOS**

- 1- ¿EL INCONSCIENTE EXISTE?
  - 2- ¿SE PUEDE SER OBJETIVO?
  - 3- LET IT BE- DEJALO SER
  - 4- NOSOTREAR
  - 5- IRA- ODIO- ENOJO
  - 6- ANGUSTIA
  - 7-EL SI MISMO/ YO MISMO
  - 8- MI ARBOL
  - 9- COUNSELING Y EROS TERAPÉUTICO
  - 10 -QUE NO ELEGIMOS Y QUE ELEGIMOS EN NUESTRO EXISTIR?
  - 11 -EMPATIA Y COMPREHENSION EMPATICA
  - 12-SISTEMAS DE CREENCIAS
  - 13-SOBRE LOS DESEOS- UNA INTRODUCCIÓN
  - 14- UNA MIRADA QUIASMÁTICA SOBRE EL DESEAR
  - 15- QUE ES EL DESARROLLO HUMANO
  - 16- QUIEN INTRODUJO LA PALABRA EMPATÍA EN EL MUNDO, Y EN LA ARGENTINA
  - 17- EFICACIA Y EFICIENCIA EN LAS RELACIONES DE AYUDA
  - 18 -LA MEMORIA EN LAS TERAPIAS “Psi” La Importancia de trabajar con la imaginación.
  - 19- EL OJO QUE MIRA
  - 20- SOMOS SIENDO UN RELATO EN UN GRAN RELATO  
Entramas del existir, urdimbres del ser siendo
  - 21- LA DESTRUCTIVIDAD -UN ACTO CREATIVO SENTIMENTAL
  - 22 -SOBRE LAS GUERRAS ¿SE PUEDEN EVITAR?
  - 23- QUE ES UNA RELACIÓN DE AYUDA “PSI”
  - 24 - ¿LA IDENTIDAD?
  - 25- DE DONDE EMERGEN MIS IDEAS
  - 26- DEL ICEBERG AL ARBOL- DEL PSICOANÁLISIS A UN HUMANISMO INTEGRATIVO
  - 27- DEL ICEBERG AL ARBOL- DEL PSICOANÁLISIS AL HUMANISMO INTEGRATIVO
- Nota 2 -Continuación
- 28- DEL PSICOANÁLISIS AL HUMANISMO INTEGRATIVO
- Nota 3- La salud y la enfermedad Psíquicas
- 29-Nota 4 -LA SALUD MENTAL

**30- ENTRAMADOS**

**31- FLUIR**

**32-TRANSCAUSALIDAD**

**33 DE LA NOSTRIDAD A LA VOSTRIDAD**

**34 COMO FACILITAR LA TRANSFORMACIÓN PERSONAL**

**POEMA DE CIERRE**

## **DEDICATORIAS**

A mis descendientes por orden de aparición en mi vida.

Mis hijos: Adan y Lucrecia

Mis Nietos: Adrian, Sebastian, Luciano, Camila, Filippo

Mi Bisnieto: Alessio

Y a mi sobrino Federico, un gran pintor.

## **POEMA DE APERTURA**

### **Vivir es caminar**

Caminar transcurriendo el tiempo que se nos pone delante  
Expresarse en él  
Sentirlo  
Verse allí y Proyectarse  
Vivir es caminar con proyecto  
Proyecto de ser humano que se cumple buscándose  
Vivir es caminar buscándose  
Búsqueda que parte de una creencia  
Creer en mí y en el otro es creer en la condición humana  
Creer en esa condición es creer en sí mismo  
Hay que creer y crear esa creencia  
Vivir es caminar creyéndose  
Quererse libre es creerse y crear  
Crear liberación  
Liberándonos liberando  
Vivir es caminar

Andrés Sánchez Bodas  
La Egometamorfosis- 1972- Poemario Editorial EM

## PROLOGO

Desde que publiqué mi último libro en 2022, continuación de una serie de 17 libros editados, la mayoría de propia autoría y otros en colaboración, en 2024, continué escribiendo pequeños escritos, para revistas, linkedin y colaboraciones, todos con la idea de seguir abriendo caminos de reflexión. De allí surgió la idea de integrarlos en un texto, y aquí estamos. Cada escrito de este texto sigue un orden, el de cómo los fui escribiendo, y cada uno es independiente de los otros, por ello puede leerse como cada lector decida hacerlo, de corrido, o por interés en alguno de los temas expuestos. Para esta edición agregue dos poemas, uno de apertura y otro de cierre, ambos que escribí cuando tenía 17 años, fueron parte de mi primer libro que publiqué en 1972. Espero poder convocar a nuevas reflexiones, que promuevan un mayor conocimiento de la Condición Humana, y cómo podemos facilitar un despliegue de una humanidad más digna.  
Andrés Sánchez Bodas- 2025

## INTRODUCCION

### **SOBRE LA CONDICIÓN HUMANA- PALETAS DE COLORES**

Una paleta de colores oscila entre el blanco y el negro, entre ambos extremos transitan todos los colores y, de ellos se pueden hacer infinidad de combinaciones, sobre ese todo, el pintor va eligiendo cual es posible para expresar su sentido pictórico. El pintor de nosotros, es el sí mismo/yo mismo, de cada uno, que toma de “la paleta” que su organismo va siendo en cada experiencia, y “decide”, cómo va desplegando su vida. Esa decisión va emergiendo desde la integración en su presente, del pasado y el futuro, de la incidencia del atrás, de ese instante que elige, y del proyecto, del hacia dónde quiere/necesita/desea ir. En esa instancia, se juega la entrama perceptual que hace ser siendo a cada uno de nosotros. Como nos legó el gran filósofo del empirismo John Locke, si hay algo que nos define, entre muchas variables más, el ser humano es el único que percibe, que significa lo que experiencia, y sobre todo que se sabe percibiendo, que es el que percibe lo que percibe. Siglos después a eso se le llama noción de sí mismo/ noción de yo mismo, que se corporiza, “nombrando gerente general “a nuestro cerebro. Desde allí, se encarna desde los distintos planos de consciencia, y elegimos lo que elegimos pensar, sentir, hacer, aunque su elección no surja de una intención con acceso a los consciente, el yo mismo encarnado, siempre elige con los datos que dispone. Desde allí direcciona al organismo que lo porta. Somos seres totales, holísticos, ni monistas ni dualistas en nuestro “funcionamiento”. Cada acción, cada comportamiento, cada pensamiento, responde a un instante donde todo se une, porque siempre somos todo. Nuestra condición humana, ante la incertidumbre de la existencia, nos hace construir conceptos duales, eso nos tranquiliza en tanto creemos que eso nos da explicaciones, de allí emergen los sistemas de creencias. Y estos “dualisan” para poder ubicarnos en relación con el otro. Es así que surgen conceptos como: bondad/maldad, paz/guerra, amor/odio, nada/todo, solidaridad/insolidaridad, uno/dos, yo/otro, nosotros/ellos, azar/destino, izquierda/derecha, ateos/creyentes, blanco/negro, maneras de entender que nos desconectan de vivencias mucho más complejas, en tanto se ubican en dos extremos. Esto nos alejan de experiencias más integrales, desde las cuales podríamos elegir más libremente. Aristóteles nos habló del Justo medio, Simondon de la meta estabilidad, muchos otros del equilibrio entre variables. Es claro que todavía no hemos podido como especie, poder discriminar entre certezas y verdades, las primeras son tentativas, y nos permiten aceptar las de otro que tenga otras, las segundas nos colocan ante un otro como un

enemigo que nos pone en riesgo. Además, podríamos transitar nuestros momentos claros sin temer los oscuros, cómo también de aquel o aquellos, que inevitablemente acontecen. El sol y la luna son un todo, que el universo nos muestra, funcionan juntos, ambos necesarios para que exista la vida. Todo dualismo no permite que ambos conceptos se integren, son la misma “moneda”, a veces cae de un lado y otras en el otro, a veces son figura y el otro fondo, pero son del mismo género y una cara necesita a la otra.

## **ESCRITOS**

### **1- ¿EL INCONSCIENTE EXISTE?**

Soy consciente es una pregunta, que en la forma que se enuncia nos dice que NO. En principio es un concepto, enunciado por Nietzsche y puesto en actas por Sigmund Freud. Desde allí, junto a otras premisas construyó una teoría y una práctica llamada Psicoanálisis. Por lo tanto, no existe en sí mismo sino sólo para aquellos que creen que sí. Y se refería y aún lo hace, a aspectos de nosotros mismos que desconocemos y que influyen mucho en nuestros comportamientos actuales. **EL PROBLEMA ES QUE LO QUE ERA UN ADJETIVO LO HICIERON SUSTANTIVO, y desde allí se habla de ese concepto como si existiera en sí mismo, en lo que se supone “ interior” de nosotros. Otro adjetivo que lo hicieron sustantivo. Lo mismo lo que se llama PROFUNDO.** Luego de Freud surgieron otras formas de adjetivar. Jung habló de LO inconsciente, Binswanger de LO NO consciente, Merleau Ponty de LO invisible a la percepción, las neurociencias de distintos niveles de la Consciencia. Cada una de estas miradas se apuntalan en dos planos, unas Freud y Jung, en sus grandes diferencias, sostienen una mirada desde la sospecha, que algo se oculta que hay que ayudar a develar, las otras sostienen que no hay que sospechar nada solo facilitar espacios relacionales óptimos, que como el organismo es sabio, facilitar el develar aquello que puede ayudar a un mejor existir. Y no hay que bucear, sino dejar que lo que esté **bajo el agua, o volando**, se anime a salir a flote o bajar a la superficie, y tramitemos las inevitables incertidumbres que implica el existir humano.

### **2- ¿SE PUEDE SER OBJETIVO?**

Soy consciente que hay y habrá mucho debate al respecto. F. Nietzsche (Filósofo que admiro) , nos legó una idea muy famosa “ no existen los hechos, sino las interpretaciones”. ¿Se puede hablar de lo que es un relato objetivo, y sería aquel que no conlleva opinión explícita o implícita, sea verbal, gestual o de otra forma que se perciba la intención del que relata? Por ejemplo: en el año tal cayo una bomba en Hiroshima, en la autopista xx chocaron dos autos y hubo tres heridos, el presidente va anunciar el plan económico el domingo en el congreso. Ahora si el que lo relata agrega opinión, explícita o implícita, ya no existe el hecho en sí mismo y deja de ser objetiva esa noticia, y también depende quien la haga conocer y aunque no diga o haga nada, el que la escucha o la ve por televisión, el que lee un artículo, un libro, si conoce al que relata, en que medio lo hace, en que editorial publica, puede darse cuenta de la intención. También sabemos que el observador influye en lo observado, quiere decir que no hay observación que sea pura, es casi siempre inevitable, que la subjetividad se entrometa con y en el supuesto hecho. Todo lo que se denomina Objetividad,

habitualmente, es una entrama con las subjetividades, de quien emite/relata/cuenta, y el que recibe/escucha/ve ese relato. La objetividad de una opinión, de una ideología, de una religión, de una teoría, de una práctica, de un texto y obviamente de una noticia, es la suma de varias o muchas subjetividades que la consideran válida. Por eso volviendo a Nietzsche, salvo excepciones, que como sabemos, toda excepción conlleva la validez de lo que se excepciona, la objetividad es casi imposible, en tanto somos seres que nuestra mirada emerge desde nuestra noción de sí mismos, y ella posee criterios de validación, y no hay otra forma de percibir.

### **3- LET IT BE**

El yo no existe sin el Nosotros, nos vamos co constituyendo en las relaciones interpersonales, y a partir del lenguaje, aceptamos (en la mayoría de los casos), el nombre que nos asignaron, lo que luego llamaremos paradójicamente: Nombre Propio. Desde esa instancia en adelante, vamos existiendo desde una noción de sí mismo/yo mismo, que nos contacta con el otro nosotros, noción en permanente cambio, porque fluye, y sin embargo salvo que nos volvamos locos y nos creamos que somos otro), algo se sostiene, que en transcurso de los años nos permite seguir auto reconociéndonos. El problema es que, así como nos encontramos en un nosotros, hay otros que se encuentran en otro tipo de nosotros, que son ellos para nosotros, y para ellos nosotros somos ellos. Pero, dado que eso es inevitable, para alivianarlo tenemos que educar a nuestros hijos en la aceptación de esos ellos, y fomentar la comprensión empática. No nos creamos dueños de la verdad, no ostentemos ningún dogma, sea de fe o ideológica. No les imponemos ninguna religión, ni una ideología política, por más que estemos convencidos de nuestra creencia, dejemos que ellos elijan desde su propia experiencia y que construyan su propia identidad su propia nostridad, aunque no nos guste. Eso se llama respeto y amor. Let it be.

### **4- NOSOTREAR**

En 2009, edite el libro “Manifiesto Humanístico- Introducción a nuevo verbo: Nosotrear” – Editorial LEA-. Este invento de ese verbo, tenía y tiene, la intención de poder pensar en acción, la idea de Nostridad E. Levinas, y un verbo permite/facilita eso. Somos seres sociales y nos co-construimos con los otros, y desde allí, nuestro sí mismo-yo- aprende a vincularse de distintas maneras con nuestros semejantes. La idea de hoy es pasarles la declinación de dicho verbo y pedirles que infieren de cada una de las relaciones que pueden deducirse de cada uno de los seis modos de estar siendo con el otro nosotros. Espero sirva al lector para que revise sus relaciones interpersonales.

YO NOSOTREO  
TU NOSOTREAS  
EL NOSOTREA  
NOSOTROS NOSOTREAMOS  
VOSOTROS NOSOTREAIS  
ELLOS NOSOTREAN

## **5- IRA- ODIO- ENOJO**

La ira se refiere a un **estado emocional** caracterizado por comportamientos de mucha intensidad, puede ser causado por sucesos externos o internos. La persona es invadida- no la puede controlar- por esta emoción, que es de relativa duración y puede ser muy dañina para sí misma o para el “objeto” hacia el cual se dirige.

El **odio** es un **sentimiento** intenso de repulsa hacia alguien o algo que provoca el deseo de rechazar o eliminar aquello que genera disgusto; es decir, sentimiento de profunda antipatía, disgusto, aversión, enemistad o repulsión hacia una persona, cosa, idea, o fenómeno. Así como el deseo de evitar, limitar o destruir a su objetivo. Como tal se instala en esa persona, y si no es “trabajado” puede ser de larga duración.

El **enojo** es un **sentimiento** de respuesta ante algo, alguien, externo o interno- ante sí misma-, por el cual la persona que lo experimenta lo siente como dañino. Si bien de menor intensidad que los anteriores, puede persistir hasta que de alguna manera se resuelva la situación que lo ha generado sea consigo misma o con ese algo o alguien que lo ha provocado.

Los tres son respuestas adaptativas del organismo, a veces necesarias, el problema acontece ante la persistencia, entonces debe ser reflexionadas para evitarlas, desde la comprensión, con actitudes y respuestas desde un perfil dialogal.

## **6-ANGUSTIA**

La angustia es un sentimiento humano normal que emerge ante el temor acerca de una incertidumbre por algo futuro. El resto de los seres vivos no la sufre. Esto nos acontece porque tenemos una sola certeza: sabemos que nos vamos a morir. Ante ello nuestro organismo, desde su noción de sí mismo/yo mismo, nos hace saber de ese límite vital, lo que implica reconocer que tenemos un tiempo incierto sobre esa posibilidad, que puede acontecer en cualquier momento. Ello, que se lo denomina angustia existencial, es, entre otras cualidades, lo que nos hace humanos. Y como nuestra vida está plagada de incertidumbres menores, ante ellas, muchas veces se activa, como si fueran vitales. Angustiar es normal, aunque sea muy desagradable esa vivencia, sino seríamos de otra especie, o negadores o psicópatas, o como nos dijo Sartre personas de mala fe, o como nos dijo Heidegger viviendo una vida inauténtica. Cuando te angusties, ante una incertidumbre recuerda que es normal, no la tapes con una pastilla, o una religión que te promete una vida futura, de ser así, será otra no la que estás viviendo, fíjate porqué y para que te estás angustiendo. Y si, no la puedes resolver pedí ayuda profesional, antes que se instale y trabaje tu vida.

## **7-EL SI MISMO/ Yo MISMO**

La construcción de la noción de sí mismo/ yo mismo, desde donde se direcciona la Tendencia Actualizante, es como ella, de orden metabólico ( lo explico en mi libro Quiasma), eso está comprobado científicamente por Erwin Schrodinger en su libro “Que es la Vida”, de cómo lo vivo puede sostenerse en tanto en su intercambio con el medio supera la entropía propia de toda la materia. Y ese sí mismo/yo mismo, que regula y construye las conductas, las creencias, las ideologías, las nociones del bien y el mal, la moral, se genera en un contexto, social y epocal. Es desde allí que necesitamos comprender toda forma de ser y de conducirse. Y si a los conflictos nos referimos, a lo que es salud y enfermedad, la violencia, la guerra, la verdad para cada uno, debemos ponernos en el lugar del otro que piensa y actúa distinto a cada uno de nosotros, incluso

del que nos agrede, desde nuestra perspectiva. La paz si es que la queremos no tiene otra forma de lograrse, y además quizás tengamos que comprender que mientras los poderes de turno se impongan, no será posible, como en la historia hasta ahora no lo fue. La guerra y la paz es un dualismo como cualquier otro, propio de lo humano cuando se ubica en un solo lugar, sin comprender que son temas de figura y fondo, las dos caras de una misma moneda, son parte de lo mismo, como el día y la noche, son ciclos de lo mismo. No sé cómo resolverlo, sin que logremos pensar que el otro tiene sus razones igual que nosotros, y busquemos conciliar, sé que como dijo Carl Rogers para que eso se logre tiene que haber mutua disposición, y en los conflictos graves cada parte se afirma más en su accionar. Es un tema que a nosotros los humanistas nos convoca, sin tener prejuicios previos.

## **8- MI ARBOL**

Mi árbol me cuenta la vida, tiene siete pisos de altura. Nace, hace no sé cuántos años, supongo que muchos más que yo. Dos pajaritos pequeños con el pecho amarillo, y otros dos un poco más grandes, con alas grises y pechos verdes, que mientras cantan, lo exploran y lo picotean buscando comida y se acercan a mi balcón y me llevan a prestarle atención. Estamos cerca de la primavera. Lo observo. Lo recorro con la vista desde mi piso, el séptimo, miro hacia abajo. Un tronco base, de tres metros de altura. Ancho y con corteza muy dura., de allí surgen dos troncos “hijos”. De ellos, metros más otros dos. Y allí comienza su despliegue. Lo que veo me propone ponerle nombre, “humanizarlo”, porque es un ejemplo del desarrollo vital, de la evolución. Ahora se llama LIBER – de libertad- de pulsión de vida. De cada tronco emergen varios más, ahora son más que dos de cada uno. Se expande, Hacia varios lados. La vida busca ir hacia arriba, en busca del sol, de la luz y el calor. Me impacta. Recorro cada detalle, cada expansión, cada rama, algunas ya se han engrosado y ya rugosas, ya son troncos en sí mismos, de los cuales emergen otros. Ya tienen vida propia, e “hijos propios”. Y así hacia arriba. A esta altura, ya hay tronquitos, con sus propios hijitos. Pequeñas ramitas, futuros “padres” de otras que surgirán mañana, en el futuro. De uno surgieron dos, hoy son miles. Todos unidos en una misma búsqueda. Mi árbol nos da un ejemplo, alimenta desde abajo, desde su historia, un desarrollo en paz.

## **9- COUNSELING Y EROS TERAPÉUTICO**

¿Cuando alguien de nosotros observamos, sea en nuestro jardín, en un patio, o en el balcón del departamento que vivimos, una planta que se está marchitando, que hacemos? Si no sabemos de jardinería, consultamos a un jardinero, sobre lo que debemos hacer para revivirla y potenciarla. Lo más seguro es que nos indique, o cambiarla de lugar, para que le dé el sol o la luz adecuada, o removerle la tierra y agregarle un fertilizante, o ambas cosas. Si esta en maceta, además de lo anterior buscar una más adecuada a las características de esa planta. No es casual que Carl Rogers, en el cual nos fundamentamos para enseñar Counseling, se consideraba un jardinero. ¿Y acaso eso que haríamos no es un acto de amor hacia esa planta? Cuidarla, protegerla, respetar su identidad, brindarle cambios, y condiciones que le favorezcan en el despliegue de sus potenciales, y siga creciendo y dar flores, vuelva a florecer. Acaso no es lo mismo lo que hacemos con un/a consultante, cuando le ofrecemos un espacio de escucha activa, de persona a persona, autentica, sin fachadas, desde la comprensión empática, la aceptación incondicional, sin prejuicios, respetando sus tiempos, y facilitando la autoexploración. Buscando de esa manera cambios y transformaciones constructivas, sabiendo que toda persona tiene esa posibilidad si se le brinda ese

clima relacional. A estas condiciones que brindamos más una metodología adecuado a lo que cada consultante necesita para resolver problemáticas que lo hacen sufrir, el colega peruano Carlos Seguin lo llamo el Eros Terapéutico.

## **10 - QUE NO ELEGIMOS Y QUE ELEGIMOS EN NUESTRO EXISTIR?**

No elegimos nuestra genética (en todos sus aspectos) no elegimos nuestro nombre y apellido, no elegimos quienes nos han criado, no elegimos una religión si es que nos la impusieron, no elegimos nuestra etnia, no elegimos a que colegio nos mandaron cuando fuimos niños, no elegimos en que época, región, ciudad, barrio del mundo donde nacimos, no elegimos los azares que nos van sucediendo. Por eso no somos responsables de todo eso. Si, podemos ir elegir, que es lo que hacemos con todo ello que nos mientras vamos existiendo. Y si, además, nos compramos todo lo que nos venden, no somos libres. Podemos, SI, ir eligiendo desde nosotros mismos, desde nuestra mismidad, ahí seremos libres, y podremos vivir una propia existencia. Y allí una frase del libro de Erich Fromm "El Miedo a La Libertad": Si no soy para mí mismo quien soy yo" y si soy solo para mi quien soy yo?, y ¿si no ahora, cuando? Elegimos es darle sentido a quienes somos siendo.

## **11 - EMPATIA Y COMPREHENSION EMPATICA**

Estos conceptos los introdujo en la Psicología y el Counseling, el Dr. Carl Rogers (Usa 1902/1987), creador el PCA, Person Centered Approach, Enfoque Centrado en la Persona, desde el cual introducimos el Counseling en Argentina y Latinoamérica en 1987. Porque escribo esto?, porque me preocupa las distorsiones que leo y escucho sobre ellos. Empatizar implica acercarse a un otro con la idea de comprenderlo desde sí mismo, con la menor interferencia de mis propias ideas y sentimientos. NO significa ponerse en los zapatos del otro, eso es imposible y de lograrlo implicaría perder la propia identidad e identificarse con ese otro. Además de vulgarizar ese profundo concepto, se lo visualiza como positivo, cuando puede ser usado para dañar a ese otro. Leer el Poder de la Empatía de Ciaramicoli. Por ello aconsejo diferenciar la Comprensión Empática de la Empatía. Comprender empáticamente a otro ser humano, es un trabajo profundo, que implica un vínculo que pueda sostener una relación duradera, no es espontanea, se sostiene desde un compromiso en la escucha activa, incondicional y genuina. Es una actitud que debe aprehenderse, en tanto es acercarse a ese otro para poder ayudarlo en un acercamiento a sus emociones, sentimientos, creencias, con la idea de facilitar un autoconocimiento, que tramite hacia un desarrollo de sus potencialidades, resolviendo factores vitales, que lo están trabando, y dificultando su diario vivir. Es una tarea profesional de Counselors, Psicólogos, Docentes, y aquellos que se dedican a relaciones de ayuda, formados en el ideario del Enfoque Centrado en la Persona.

## **12 - SISTEMAS DE CREENCIAS**

Un sistema de creencias es un conjunto de conceptos generales que influyen en nuestra visión del mundo y nuestra inserción en él. No son conceptos sueltos sin relación alguna entre ellos, se trata más bien de toda una entrama, en nuestro si mismo, que da lugar a las pautas de interpretación, desde las cuales no vinculamos con el mundo y el otro semejante. Se va co construyendo desde los vínculos primarios, desde que hacemos contacto con el otro nosotros, desde nuestra nostridad. Se implican en los constructos perceptuales, que “guian” nuestra percepción, Como sabemos, como percibimos es como sentimos y actuamos, y viceversa, en una mutualidad de construcción continua de nuestro si mismo/yo mismo. Por ello es muy importante ir revisándolo y que se sostenga en una meta estabilidad, como nos diría G. Simondon, de no ser así, estaría fluctuando constantemente nos confundiríamos, o por el contrario se estabilizaría con el riesgo de caer en una rigidez perceptual y por lo tanto en un detenimiento vital. La persona que no revisa su sistema de creencias, y lo actualiza, queda fijada a su pasado.

## **13- SOBRE LOS DESEOS- UNA INTRODUCCION**

Desear es un verbo, y como tal implica acciones, tales como: aspirar, anhelar, querer<sup>1</sup>, ambicionar, ansiar, codiciar, apetecer, pretender. Estas, emergen de dos maneras, las que implican carencias, y las que suponen potencias. Las primeras remiten a cuestiones del debe, aquello que por algún motivo nos debilita y necesitamos resolver. Las segundas, se expresan en relación al haber, es decir aquello que poseemos y queremos mejorar, la idea es fortalecernos. Sobre las primeras enfocó su mirada el psicoanálisis, en las segundas lo hizo el Humanismo. Ambas están siempre presentes en nosotros, y a veces una de ellas se hace figura y otra se observa sobre un fondo. Nuestra existencia circula entre ambas. Y ¿para que lo hace?, para desplegar nuestra condición humana. En referencia a esta, debemos decir que los seres vivos, todos ellos, somos seres necesitantes, y debemos resolver las necesidades vitales de sobrevivencia, los humanos desde el haber adquirido noción de nosotros mismos-gracias al neocortex- incorporamos el desear, y nos convertimos en seres deseantes. Por ello, para destrabarnos, y dejar de estar debilitados, precisamos superar los deseos de carencia, y a su vez, para continuar fluyendo vitalmente, precisamos abrir nuevos juegos vitales, que aumente nuestra voluntad de existir, desplegando nuestros deseos de potencia. Y ¿donde residen los deseos?, en los distintos niveles de consciencia, algunos más cerca del darnos cuenta y otros más alejados de ello, es así que algunos se expresan conscientemente, y son “visibles” para nuestra percepción, otros circulan en niveles de subcepción, y otros son “invisibles” al percibimos. Reflexionar sobre ambos es una tarea que debemos encarar. El tema que aquí se abre, es cuales son los que implican acciones que de desarrollarse, generan mejores espacios de intercambio humanitario, otros que de expresarse pueden implicar acciones destructivas para la persona portadora de esos deseos, o para el otro nosotros. Aquí entramos en otro nivel de análisis: ¿hay deseos buenos y deseos malos?, es obvio que sí, y esto da para otras reflexiones: ¿Qué es la maldad y la bondad?, ¿Qué es lo constructivo y que, lo destructivo?.

## 14 - UNA MIRADA QUIASMÁTICA SOBRE EL DESEAR

Pensar en el *DESEO* me lleva a la palabra como sustantivo y el diccionario lo define como un movimiento del alma que aspira a la posesión de alguna cosa.

Si recurrimos a un diccionario etimológico, leemos que la palabra deseo es un sustantivo que proviene del latín *desiderare*, prefijo intensivo *de* y *siderare*; de *sidus, sideris* (constelación, signo celeste). Entonces, decir “*deseo*” conlleva la idea de transitar, con el fuego de la pasión, hacia lo que está más allá de lo cotidiano, de un ir en busca de un camino humano muy profundo, alejado de la satisfacción de las necesidades mundanas y cotidianas.

Muchos de mis colegas le atribuyen un carácter inconsciente al término. Como una expresión que surge de lo auto-desconocido por la persona, que se manifiesta en conductas sintomáticas y en los sueños. Visto así, el deseo sería el afán de poseer algo, para obtener un determinado placer; entendiendo a este último, como una vivencia orgánica satisfactoria que cuando se cumple, baja el nivel de la tensión que previamente se ha instalado, por la búsqueda de satisfacer ese deseo.

A lo antes dicho, se lo relaciona con el goce, es decir, con la obtención del eterno placer, de un éxtasis en el encuentro con el objeto deseado, encuentro imposible de complacer, de allí la angustia que genera.

Si recurrimos a la Filosofía:

- Se lo relacionaba con la vivencia de estar incompleto, produciendo el malestar de lo humano y desde el deseo la posibilidad de tomar conciencia de la incompletud.
- Como una poderosa fuerza personal.
- Como un esfuerzo vital básico de lo humano.

Aquí nos encontramos con dos posiciones opuestas, muy distintas entre ellas, que se manifiestan en lo cotidiano de ambas maneras. Lo cual valida a ambas, aunque la cuestión es cómo cada uno de nosotros se hace carne en una de ellas, siendo esto, un tema que los profesionales de la ayuda debemos considerar.

- Una posición dice que el deseo se basa en la carencia, en lo que falta, en lo que no se tiene y se desea tener en un futuro. Cuando ese deseo se cumple, ciertamente hay un goce, pero momentáneo, ya que deja un vacío (angustia) que empuja a la búsqueda de otro deseo.
- Otra posición se basa en el deseo como una fuerza que pugna por expresarse en el presente. Implica la satisfacción por lo que se tiene, porque se desea lo que se tiene, porque lo que se tiene se desea, y desde esa posición se busca mayor bienestar.

Ambas, como dije, se manifiestan en lo cotidiano de cada uno de nosotros. La diferencia sustancial es que la primera conlleva al vacío, a la nada, a la angustia; la segunda nos permite potenciar lo que hacemos y somos, y abrir el juego a momentos de felicidad y/o plenitud existencial, sean en el presente que como seres inmanentes que somos, o en un futuro que se basa en este hoy.

La primera se apuntala en que deseo lo que no tengo y quiero tener.

La segunda va hacia el deseo de lo que tengo y de lo que deseo sostener y enriquecer, buscando lo que lo complementa y mejora.

Para algunos filósofos, el *deseo* se presenta, como una pasión que nos invade, sobre la conciencia de sí mismo, de manera no racional.

Para otros es un apetito que se hace consciente, de manera perseverante. Es por ello, que se impone insistentemente, de manera casi irrefrenable, hacia la búsqueda de darle satisfacción. Este

apetito motivará en un caso, la búsqueda de lo que falta; en otro sentido, la afirmación de lo que ya se posee.

Dijimos que estamos ante un movimiento del alma (psique): existe un deseo que pone en marcha la acción de satisfacerlo. Esto es, el alma posee una aspiración, (que según sea su origen estará vinculado a algo supremo, superior como lo universal) que se asocia con lo placentero. No se desea sufrir sino gozar, y el gozo aparece cuando se concreta en acciones precisas. Esto nos lleva a pensar en el *deseo* como verbo.

*Verbo desear*: posibilitar, abrir el juego a las acciones que todo verbo implica. Poder pensarlo como conductas concretas que implican la necesaria realización de aquello que se verbaliza o imagina como un deseo.

Todo deseo y acción desde él mismo, apunta a la obtención de algo que produce placer, satisfacción, plenitud, goce; en cambio la satisfacción de necesidades, si bien puede producir estas sensaciones, no posee en sí misma ese objetivo, como eje central.

Es imposible poder pensar un deseo de sufrir en sí mismo, como un buscar adrede el padecimiento. Un masoquista se causa a sí mismo dolor porque de esa manera obtiene placer, no porque pretenda hacerse daño. Un suicida desea matarse, para aliviar su padecimiento, paradójicamente, busca el placer o la quietud que supone encontrará después de muerto.

Todo deseo y sus acciones, buscan un bien mayor, en cambio, la satisfacción de necesidades, si bien puede ocasionar “un sentirse bien”, es de corto alcance, una gratificación momentánea.

Resúmen:

- El *deseo* está vinculado al existir.
- La *necesidad* está asociada a la supervivencia.
- El *deseo* implica una búsqueda, una acción activa motivacional vital, existencial, inmanente, para la persona que lo logra percibir.
- El *deseo* es: voluntad, poder, energía, impulso.
- El *deseo* es: lo propiamente humano de la Pulsión Vital, de la Tendencia Actualizante, del Elan Vital.
- El *deseo* va hacia adelante, expresa lo que está siendo y/o vendrá. Desde él, el organismo humano busca cubrir una carencia o sostener lo que tiene y mejorarlo.
- El *deseo* imprime un sesgo a lo humano y nos brinda, una gran posibilidad de repensarlo, incorporarlo y leerlo de múltiples maneras.

Y ahora estamos en un pensar múltiple, en aquel que nos remite a su etimología y que nos lleva a variadas formas de sentirlo y conceptualizarlo.

Veamos nuevamente:

Cuando tomamos la noción de movimiento del alma, estamos ante un algo que se observa, que se percibe, tanto en sí mismo como en los otros. Por ende, incluye la idea de motivación, y eso se expresa en el uso cotidiano, en el lenguaje habitual, y es allí donde podemos verlo encarnado. Es decir que, si bien surge de lo incognoscible, de lo pre-reflexivo, se muestra en las palabras, en el lenguaje que remite a acciones, en conductas, en comportamientos, en los sueños. Podemos darnos cuenta de su presencia, pues se presenta como esa mínima porción que observamos de un iceberg. Ante su aparición sólo debemos decidir qué acción tomar, para permitir o no que fluya.

Eso que vemos y que nos remite a la idea de *deseo*, le hemos puesto diversos nombres que aluden, más o menos a la misma noción, con los matices que sólo las personas podemos darle.

Estas denominaciones, aparecen debido a la multiplicidad de circunstancias que los humanos vivenciamos y que podemos identificar, en algunos casos, como sutilmente diferentes.

Y ella son: el *Deseo* - la *Apetencia* - la *Aspiración* – la *Avidez*- el *Capricho* - el *Antojo* – la *Codicia* – el *Afán* – la *Envidia* – el *Anhelo* – el *Ansia* – las *Ganas* – el *Gusto* – la *Pasión en general* – la *Ambición* - la *Pasión Sexual* – el *Interés* - etcétera.

Nosotros lo vemos como: La Pulsión, la tendencia auto-actualizante (en tanto es consciente) que compele hacia la vida, con la fuerza que posee, y como una mano que nos conecta con esa energía.

De aquí la idea de que sólo deseamos desear es existir como personas, y eso es factor común de la nostridad que somos.

Todo deseo tiene un sólo propósito, servir a la pulsión, para vivir como humanos y para que nos haga alcanzar niveles más plenos de existencia. Es por ello que nos sentimos mejor cuando reconocemos los deseos como propios y los podemos cumplir desde la mismidad que somos. En cambio, se nos presenta un malestar definido de desazón, cuando no logramos cumplirlos o los sometemos a la voluntad de otro, sea ese otro una persona, el entorno, las costumbres, otro hábito o algún condicionamiento que nos adormece.

Todos los deseos, como dijimos, provienen de la mismidad de cada uno de nosotros, y la mismidad humana común (nostridad) que somos.

Por ejemplo: el deseo de ser tomados en cuenta, de amar y ser amados es común a toda la especie humana. La forma, el modo, en que eso se expresa, dependerá de la historia constitutiva de la mismidad de cada uno de nosotros.

Recordemos que “el Yo”, emerge como co-construcción vinculada a la adquisición del lenguaje en la socialización, y lo que nomino “el mí”, “la mismidad” está sujeto a la experiencia, a lo vivido, al cuerpo, a la carne que siente e incorpora vivencias en sí misma.

Ambas instancias como metáforas teóricas, implican y se cierran en aquello que se conoce como “noción de sí mismo”, y que refiere a una síntesis que hacemos de lo vivido, que sentimos como propio y nos brinda un sentido de identidad que permanece durante toda la vida.

Conclusión:

- El *deseo* es la forma en que la pulsión vital humana, la tendencia al desarrollo/crecimiento, se expresa como una fuerza (*conatus*) que emerge de la conciencia encarnada que somos.
- Hechos de carne y espíritu distinguiéndonos, así de entre todas las criaturas.
- Por lo tanto, es organísmico, está biológicamente colocado en nuestra impronta de especie. Por ello, si bien es inmanente, está sociológica y políticamente impregnado por la socialización epocal, y psicológicamente inserto en nuestra noción de sí mismo (mismidad-yoicidad- nostridad: quiasmáticamente entramadas).

Integrando los conceptos podríamos decir que la Tendencia al Crecimiento o Tendencia Actualizante es la fuerza motivacional de lo vivo. El *deseo* es el modo humano que genera esa búsqueda y por lo tanto desde la noción de sí mismo, impregna pulsionalmente a la tendencia y el organismo.

Ahora bien, si entendemos este concepto a la luz del Enfoque Holístico Centrado en la Persona, observamos:

- la noción de Tendencia Autoactualizante, en tanto estamos constituidos desde el lenguaje desde el cual se genera el Yo, que está subsumido por el Mí, haciendo la noción de sí y por lo tanto superadores de las necesidades siendo “seres deseantes”. Esta cualidad nos diferencia de los demás seres vivos, en tanto que son solamente “seres necesitantes”;

- el *deseo* como idea, como concepto nodal de lo personal, confronta con el hecho de que gracias a la palabra podemos expresar lo que deseamos, podemos hacernos escuchar y por lo tanto atender lo que la carne que somos nos pide;
- el lenguaje, hace al Yo, y éste por estar referido a otro que lo hace ser, distorsiona inevitablemente lo que el cuerpo manda. Es entonces que, a través de la palabra, el Yo y sus deseos, se filtran, se tergiversan, se ocultan, se hacen personaje, se enmascaran.

De esto se desprende una aparente contradicción: *la palabra oculta y la palabra muestra*. El deseo es buscado en terapia desde un lenguaje que encubre y revela al mismo tiempo, es como el yo necesario para estar en el *nosotros*. Es paradójal porque si ese yo se hace demasiada figura, nos encapsula y nos aleja del otro. Porque el Yo se entrama como capas geológicas, napas, presente en lo irreflexivo, estando allí, y al mismo tiempo se aleja de la conciencia reflexiva, dificultando el “darse cuenta” y de la responsabilidad subyacente.

En esa instancia, es que necesitamos ubicarnos terapéuticamente, para poder ayudar a nuestros consultantes, a darse el permiso de revisar sus deseos.

Esta revisión conlleva cuatro preguntas:

- que quiero/que deseo
- que puedo/que potencialidad poseo
- que conozco/que se
- que soy/quien soy

Preguntas que siempre están explícitas o implícitas en todo proceso terapéutico que se permita ser profundo, preguntas que también son las nuestras y que se comprometen en tanto nos comprometemos en la empatía vincular que sostengo. Allí están nuestros deseos entramados con los de nuestros consultantes y nos obliga a una revisión constante de los mismos.

## **15- QUÉ ES EL DESARROLLO HUMANO**

El Desarrollo Humano, puede entenderse como: el estudio de los dinamismos básicos que impulsan la evolución de la persona, así como el de las condiciones sociales y ambientales que favorecen el buen funcionamiento del individuo y de los grupos de personas. Modelo que surge en la década de los noventa, tiene sus raíces en la preocupación que despiertan las críticas al enfoque economicista de los estudios del desarrollo y en la búsqueda por integrar en el análisis los aspectos sociales y espirituales de la población. Y se basa en la búsqueda de una praxis la Filosófica y Pedagógica Humanística, que promueve la armonía entre el ser humano y la naturaleza, y contribuye a la creación de un futuro mejor.

- el Amor a la vida (biofilia) en todas sus manifestaciones, fuente de las preferencias valorativas saludables
- la Ampliación del autoconocimiento, de la autoestima, y de la autodeterminación en los individuos, los grupos y las comunidades.
- Incremento de la consciencia de ser, como persona, única e irrepetible, integrada en el universo.
- Fomento y consolidación de relaciones interpersonales basadas en la aceptación del otro como un legítimo otro. La empatía, comprensión de la experiencia subjetiva de las personas. La aceptación de esa experiencia sin prejuicios, actitud positiva incondicional. La

autenticidad relacional, desde la integración de lo que sentimos, pensamos y hacemos en los vínculos humanos, congruencia.

- Búsqueda del diálogo como instrumento privilegiado de la comunicación.
- Aumento de la capacidad para asumir los propios sentimientos, percepciones y significados y responsabilizarse por ellos.
- . Eficiencia, eficacia y satisfacción en el trabajo. Incremento del interés social o búsqueda de la equidad y de la igualdad de oportunidades para todos.
- Satisfacción por el aprendizaje.
- Interés genuino por la ecología.

Y englobando todas las características del crecimiento personal, la búsqueda trascendente o espiritual del sentido de la existencia humana en un universo en evolución.

Los promotores del Desarrollo Humano están llamados a transitar el siglo XXI fermentando los procesos de liberación de los individuos, los grupos y la sociedad, desde todas las perspectivas del conocimiento y de la acción. Pero no desde la imposición o la violencia externa, sino desde el poder interior de cada persona, fermento que empieza por asumir los propios recursos y limitaciones, sentimientos y significados y termina en la opción consciente, libre y responsable por la ampliación de la conciencia, el crecimiento de la persona y la evolución social.

## **16 Quien introdujo la palabra EMPATIA en el mundo, y luego en Argentina Carl Rogers y el Counseling**

Analicemos la historia de esta palabra, este concepto, que hasta hace 40 años no se utilizaba cotidianamente como ahora. El concepto de Empatía, fue introducido por la Psicología Humanística, en la década del cuarenta del siglo XX, y fue Carl Rogers (1905 1987) un muy prestigioso Psicólogo Norteamericano, creador del Enfoque Centrado en la Persona- candidato al premio nobel de la Paz-, que luego de profundas investigaciones sobre eficacia y eficiencia en los procesos terapéuticos, observó que la Comprensión Empática, era fundamental en la escucha de sus consultantes, para generar encuentros, despojados de prejuicios y libres de amenazas. Este término había sido elaborado por un filósofo y psicólogo alemán del siglo XIX Tehodor Lipps (1851 1914), que fue de los primeros en formular que la Psicología es una ciencia de la experiencia, que se nos da en forma inmediata en la autopercepción, y construyó un concepto: en alemán Einfuhlung, ein:uno, fuhlung: sentimiento. Este es, un modo de encuentro, entre un sujeto que conoce y objeto a conocer, que se da en una sola y conjunta acción. Esta idea fue tomada en cuenta y retomada por un psicólogo y pedagogo ingles que investigaba procesos de aprendizaje Edward Lee Thorndike (1874 1949) en las primeras décadas del siglo XX, que lo tradujo como empathy, haciendo eje en la posibilidad de descentrarse de sí mismo en el acto de acercamiento a un otro. En este autor se inspiró Carl Rogers. En 1987, cuando introduce el Counseling – no confundir con coaching-, elaboré un programa y una formación profesional basada en el Enfoque Centrado en la Persona, desde el cual aprehender a empatizar – entre otras actitudes y aptitudes-es imprescindible para ayudar un otro a resolver sus problemas y desplegase como persona íntegra, siendo un aporte nodal hacia un mejor desarrollo humano. Miles de personas, qué desde entonces, se formaron como Counselors, difundieron este concepto en sus acciones profesionales. Y ahora se le escucha habitualmente. Me satisface mucho.

## **17 - EFICACIA Y EFICIENCIA EN LAS RELACIONES DE AYUDA**

*El aporte de Carl Rogers con sus investigaciones*

El Dr. Carl Rogers, Psicólogo y Counselor Estadounidense – 1905 1987-, además de haber sido candidato al premio nobel de la paz, es considerado como el principal investigador, sobre eficacia y eficiencia, en la tarea de ser un profesional de la ayuda psíquica. Entre 1945 y 1963, en la Universidad de Wisconsin, realizó importantes investigaciones, que publicó, en su libro “Psicoterapia Centrada en el Consultante” (1951) y “Psicoterapia y cambio de la Personalidad” (1954). Con grabaciones de sesiones, filmaciones, tests, y comparación con otras líneas de abordaje, y con la ayuda con expertos en investigación de esa universidad. En las mismas pudieron generar “Enunciados Puentes”, aquellos que indican que, si se realizan determinadas acciones “terapéuticas”, se comprueban habitualmente, determinados resultados. Desde ellos pudo establecer que “el secreto”, está en el modo de escuchar por parte del profesional, y que el consultante, este disponible y pueda escuchar lo que escucha de parte del Terapeuta. Que las teorías y las “técnicas” y/o recursos, son importantes pero secundarias, es decir, subordinadas y debiendo ser coherentes al modo de escuchar. A eso lo llamo Marco Actitudinal imprescindible, a saber: 1- Congruencia/ Genuinidad / Autenticidad, por parte del profesional, sin esconderse en fachadas intelectuales. 2- Escucha basada en la Comprensión Empática 3- Aceptación incondicional de la experiencia cognitiva/emocional/sentimental del Consultante. Esto y tener confianza que cuando se genera ese modo de vincularse, las personas se sienten libres de amenazas y se animan a profundizar en sus problemas, revisar percepciones, sus sistemas de creencias, su presente, su pasado, sus proyectos. En síntesis, revisar su relato vital, para destrabar aquello que le produce conflictos existenciales, y generar cambios y transformaciones.

## **18 LA MEMORIA EN LAS TERAPIAS “Psi”**

*La Importancia de trabajar con la imaginación*

Los que somos terapeutas, sabemos la importancia de los recuerdos, en los relatos que nos comparten los consultantes, y son viables gracias a la gran función que tiene la memoria. Gracias a ella podemos reconstruir nuestra historia, dado que almacena escenas, rostros, paisajes vivido, emociones, sentimientos, experiencias, conocimientos, y sostener nuestros nombres e identidad. El cerebro es el que almacena, y al sr capaz de crear y recrear las conexiones celulares mantiene, si no es “tomado” por una patología. Es un motivo de estudio, para las neurociencias, y todavía hay varios supuestos que investigar. Lo que sí se sabe, que es el hipocampo el que traslada la información que recibe, y muchos especialistas aseguran que es la corteza donde se “guardan” esos datos.

Hay cinco tipos de memoria:

**Primaria:** aquella del presente (15 segundos anteriores al aquí y ahora)

**Secundaria:** Pasan los daros primarios seleccionados, que luego quedan en la memoria más prolongada en el tiempo.

**Sensorial:** de olores, sonidos, texturas e imágenes que se suman a las primarias y secundaria e integran las de **Corto Plazo** que nos sirven para seguir interactuando en el presente con cierta coherencia, luego se van incorporando y se genera la de **largo plazo**, que nos acompaña en mayor o menor medida, en relación a l la significación que nuestra consciencia le otorgue a los episodios vitales que tramitamos en nuestro tránsito vital.

Para ello se transitan tres momentos: Almacenamiento- Codificación y Recuperación. Esta última es la que escuchamos de nuestros consultantes, y su manifestación es a través de imágenes, sonidos y sus vivencias en el momento de la interacción terapéutica.

Muchos colegas escuchan y facilitan “lenguajear”, es decir trabajar esa información desde y con el dialogo verbal. Eso ayuda mucho, pero ayuda mucho más complementar con la sugerencia que cierre sus ojos y nos cuente que es lo que ve. Esa modalidad permite recrear en el aquí y ahora de la entrevista, emociones, sentimientos que emergen, desde allí sugerir un trabajo de realimentación de esa instancia, que puede haber sido, de hace un rato, de ayer, de una semana, del año pasado o de su historia de hace años, y que hoy por algo lo trae a su consulta.

Es también un buen ejercicio para hacer a solas, revivir, reorientar, modificar – con la imaginación casi todo se puede- y reparar si es necesario hacerlo.

## **19 - EL OJO QUE MIRA**

*“La vida es una navegación en un océano de incertidumbres con algunos archipiélagos de certezas”  
Edgard Morin.*

Este pensador me permite abrir el juego a mi mirada epistemológica, que nominó **Quiasmática**. Quiasma significa cruce, entrama, un lugar, un momento, donde todo se une y genera algo nuevo. Desde esa mirada propongo “mirar” lo que nos sucede, nos acontece, lo que percibimos brindando significados, y se integra al sistema de creencias que regula la noción de sí mismo, desde la cual pensamos lo que pensamos y hacemos lo que hacemos. En esa posición comprendo nuestra vida como un fluir permanente, siguiendo las leyes del universo, en donde somos como somos, que transita desplegándose, desde el bing bang hasta el bing crunch. En ese tránsito se han propuesto distintas lecturas, archipiélagos, que pretenden imponerse como continentes de la verdad. Una mirada Quiasmatica no pretende anular estas lecturas, pero si decirles que todas son válidas según la entrama, el cruce que acontece en una determinada circunstancia y/o necesidad desde la cual así se mire. Hay acciones, hechos que explica muy bien el paradigma Newtoniano, otros el de Einstein, otros el cuántico. Hay aquellos que sostienen el principio causalidad, otros el de los efectos que producen efectos, otros el azar, otros la casualidad. Hay lecturas monádicas, otras dualistas, otras dialécticas. Las hay existenciales y otras esencialistas. Algunas de la inmanencia y otras de la trascendencia. Las hay religiosas desde varias perspectivas, desde un Dios único, panteístas, politeístas etc, las agnósticas y ateas. Las hay de izquierda, derecha, centro, desde distintas variables y posiciones. Hay quienes piensan que el pasado nos determina, otras el futuro, otras que todo se integra en el presente. Hay los que piensan que el bien y el mal no son opuestos sino complementarios, y que depende desde donde se lo mire. Si logramos comprender, que cada una de estas lecturas –y hay muchas más-, son solo pequeñas certezas para transitar la incertidumbre, y que todas responden a un Quiasma que nuclea para tener donde sostenerse, quizás podamos tener comprensión empática del otro que sostiene su paradigma, mientras no pretenda imponernos al suyo, de alguna manera dogmática, o nos considere su enemigo y no un otro, que significa distinto en tanto mira con su propio ojo. Pensar desde lo Quiasmático nos permite entregarnos al fluir, y que solo hay una cosa que no cambia: el cambio.

## **20- SOMOS SIENDO UN RELATO EN UN GRAN RELATO**

*Entramas del existir, urdimbres del ser siendo*

Somos un texto que se va co-construyendo. Un texto que tiene una introducción dada por “escrito” en nuestro ADN, dado por el deseo de nuestros progenitores biológicos, y de nuestros antepasados. Se nos puso un nombre que no elegimos, vivimos una vida fetal y un tipo de parto, salimos a un mundo que se nos impone. Nuestro cuerpo empezó a “escribirnos” desde su experiencia sensible, nuestra carne siente e informa lo que siente, ese sentir se inscribe. Esa inscripción lentamente, comienza a simbolizarse, desde esos inicios y, cuando nos nombren iremos reconociendo nuestro nombre y, desde auto referimos en tercera persona, un día nos nombraremos en primera persona. La noción de si mismos que nos distingue, afloró. Seremos un texto que se va entramando en los contextos que existimos, con un pre- texto, un desarrollo en etapas que fluyen, en donde las experiencias, elegidas, azarosas, buscadas o imprevistas, sucesos y acontecimientos. Entramas del existir, urdimbres del ser siendo, inscritas en un texto que es un gran texto, el de la historia de la humanidad. Allí, cuando se escriba, cuando desaparezcamos como especie, ocuparemos unos pocos renglones, depende de cada uno de nosotros, lo que en ellos se diga.

## **21- LA DESTRUCTIVIDAD, UN ACTO CREATIVO SENTIMENTAL**

En esta nota utilizo el término destructividad, en tanto este proceder implica dañar, romper, cambiar, sustituir, o eliminar a otra persona.

Lo diferencio de la palabra agresividad porque esta significa ir hacia delante, en forma imperativa en pos de un objetivo, utilizando la energía mental o física que se posea para lograrlo, pero no resultando en acciones que eliminen o destruyan al otro en cuestión.

Los mamíferos sociales solo matan para comer, y solo a animales de otras especies, aquellos que según el ecosistema regula su proceder en la cadena de supervivencia, pueden ocurrir algunas excepciones (pero son solo excepciones), y aún en ellas la explicación es el equilibrio ecológico. Sabemos que no procesan odios, ni resentimientos, y tampoco amor.

**Los mamíferos “más simples” son seres emocionales no sentimentales, los “más complejos o desarrollados” como nosotros, porque poseemos neocortex (corteza cerebral) damos algún significado a las emociones y las transformamos en sentimientos.**

Estos condicionan nuestras percepciones y por lo tanto nuestras conductas, siendo muchas veces capaces de realizar acciones destructivas para con los demás, y con el ecosistema natural.

**La destructividad es un acto sentimental, porque se vincula con una vivencia de odio, resentimiento y negación de la cualidad de semejante del otro en cuestión. Por otro lado y por la cualidad humana de poder modificar lo que se da, y que nos hace seres creativos (creación como alteración de lo dado en si mismo), la destructividad es también un acto creativo.**

En síntesis un hecho de violencia, una conducta destructiva es sentimental y creativa, por ello es propiamente humana, y en su accionar “violan” las reglas de supervivencia de la especie anulando el “mecanismo automático instintivo” que poseen casi todos los “mamíferos superiores”.

Para que ello acontezca debe percibirse al otro u otros si estos son un grupo, como miembro/s de otra especie, de otra categoría que pone en peligro la propia.

**El acto de destruir a otro/s o de tener ganas de hacerlo emerge de un percibir al otro/s como un “ello/s”.**

Digo “ello”, porque hay otro “tú” y otros “nosotros”, con los cuales se puede estar enojado, agresivo, con bronca pero no posibilitan acciones de eliminación o de grave violencia. Sabemos desde hace mucho que las personas somos seres gregarios, sociales, y que nos constituimos siendo en micro y macro grupos, y que necesitamos sentirnos contenidos y tener la vivencias de pertenencia e identidad.

Cuando estas últimas se perciben en riesgo las personas nos sentimos amenazadas y cual organismo que somos ante la amenaza nos defendemos, y si esta sensación es de grave riesgo es muy probable que tengamos **ganans**, necesidad, deseos de que ese otro u otros sea o sean eliminados.

**En síntesis: Si pienso o percibo a otro peligroso para mí esto me produce temor, ante el temor me siento amenazado, ante la amenaza me defiendo, y una de las defensas es el ataque.**

Por ello cuando observamos conductas destructivas, sean de otros para con otros, de otros para con nosotros, o de nosotros para otros, debemos preguntarnos que es lo que amenaza tanto para que la persona que tiende a destruir sienta que la otra u otras son como de otra especie, y peor aún de otra especie que pone en peligro la propia.

Cuando lo sentimos nosotros, y si todavía no nos ha invadido el impulso irrefrenable, una buena pregunta para hacerse es que considero que es tan peligroso para mí que deseo destruir a esa persona.

Si captamos que alguien desea destruirnos la pregunta es a la inversa que cree esa persona que yo le he hecho que la amenaza tanto para sentir lo que siente.

Si observamos un grupo, un país, un régimen que tiende a destruir a otros la pregunta es la misma. Con ir a una cancha de fútbol y ver lo que sienten las hinchadas con respecto a las otras, escuchar sus cánticos y ver sus acciones está claro lo que digo.

Con solo mirar el mundo actual y ver los países o regiones están en conflicto es obvio lo que digo. Con acordarse o auto observarse cuando hemos sentido ese deseo irrefrenable de hacer desaparecer a otro nos daremos cuenta de que también es obvio lo que está usted leyendo ahora. Los seres humanos no somos ni buenos ni malos, ni constructivos ni destructivos, somos seres vivos que tendemos a vivir y desarrollarnos desplegando nuestras potencialidades, y en este caso, el de creación constructiva, o destructiva, podemos ser cualquiera de las dos en distintas circunstancias, el tema es que sepamos de nuestra responsabilidad al respecto y que no echemos la culpa afuera.

Cuando establecemos relaciones que nos amenazan nos replegamos, cuando en cambio nos alimentan positivamente nos desplegamos.

Estemos alertas para generar vínculos desplegantes, darnos cuenta cuando nos sentimos amenazados o amenazantes y provocar un cambio a tiempo.

No seamos cómplices ni actores de situaciones que hacen decir, percibir, sentir, categorizar, discriminar y otras adjetivaciones despectivas para con los demás, y/o de ideas o sistemas que oprimen y **generan vivencias de otredad, estas en las que los otros no somos nosotros y por ello hay que destruirlos.**

Para evitar o por lo menos para aminorar la posibilidad de que las personas tengamos actos destructivos, violentos, con otras personas, hay un “remedio” que debemos aprender a cultivar, es un remedio “natural”, esta en la naturaleza humana, solo hay que saber cómo hacer para que emerja en los vínculos entre nosotros, este “remedio” posee dos componentes:

La empatía y la aceptación incondicional del otro en su propia experiencia.

Empatía es una acción que implica acercarse al semejante con la intención de comprender lo que siente y piensa, y poder ponerse en su lugar.

La aceptación incondicional es otra acción complementaria a la anterior, que implica no aprobar lo que el otro piensa o hace, sino aceptar que surge de un marco de referencia y valoración que lo hace sentir, hacer o pensar de determinada manera, quizás diferente a la nuestra, pero que tiene raíces en su propia historia personal.

Esto “remedio”, no implica estar de acuerdo o aprobar cualquier conducta, sino solo por un instante, un tiempo para darse a sí mismo, y desde allí comunicarse con ese otro, permitir un intercambio que facilite la mutua comprensión.

Quizás parezca algo idealista este enunciado, pero es el único modo que poseemos los humanos para convivir en paz, modo que debe cultivarse desde la familia, continuar en la escuela, en el trabajo, y bajar como línea desde cualquier conducción o liderazgo, sea en un pequeño grupo, en una empresa, en un país.

Cultivar este “remedio” es responsabilidad de todos.

## **22 - SOBRE LAS GUERRAS: ¿SE PUEDEN EVITAR?**

*Mientras creamos que existe la VERDAD es muy poco probable*

Esto que escribo a continuación no es la verdad es solo una certeza improbable que me ayuda a reflexionar, veamos: Muchos dicen que los conflictos violentos, como las guerras, son por causas, ideológicas, étnicas, religiosas, económicas, territoriales, de poder, entre otras, pero si bien es posible que las inicien por algunos de esos motivos, estos son circunstanciales, porque no se toma en cuenta la condición humana, que es el fondo de todas ellas y de todo conflicto entre nosotros, las personas. Somos seres sociales, eso implica que necesitamos agruparnos. Jean Paul Sartre, en su libro “Crítica a la Razón Dialéctica”, explicó muy bien, para qué y cómo se constituyen los grupos. Cada uno desde su noción de sí mismo, mientras esta solo, se percibe como una serie entre otras series de personas, y eso lo hace sufrir ante la incertidumbre, propia del existir sabiendo que vamos a morir algún día. Durante el relato que hace a nuestras vidas, hay sucesos que nos lleva a unirnos con otros, que nos dan identidad, un pertenecer que nos aleja de la soledad. Eso lleva un proceso, una praxis, que tiene etapas: Fusión, Juramento, Organización, Fraternidad Terror, Institucionalización. Mientras ese proceso va aconteciendo, mientras fluimos en la interacción, con sus avatares lógicos, solo puede haber conflictos que no llegan a mayores. Pero si en la institucionalización se establece una noción rígida del “sí mismos nosotros” que deviene en dogmática, en verdadera, siempre habrá otro grupo “nosotros” que se oponga, que este en la vereda de enfrente, y para cada uno de esos grupos, el otro será un “ellos”. Ese “ellos” pone en peligro a ese otro que también es percibido como un “ellos”. Entramos en una paradoja dual de la cual no podemos salir- por ahora-, cada “nosotros” necesita un “ellos” para ser nosotros. Ese nosotros puede ser un equipo de futbol, un partido político, una ideología, una religión, un barrio, una región, una provincia, un país, un continente y el mundo. Este último, nuestro mundo solo podrá unirse ante un cataclismo que lo ponga en riesgo, o como se ha visto en algunas películas, la invasión de extraterrestres. En el fondo de todo están los sistemas de creencias que poseemos y nos poseen, y nos hace adueñarnos de ellos y que cuando los sentimos en riesgos salimos a defenderlo, y una de las defensas más comunes es el ataque, al que consideramos enemigo.

Mientras nos ubiquemos en una vereda y veamos a otro en la vereda de enfrente, seremos peligrosos mutuamente, la única salida es la que alguno de los dos cambie de calle.

### **23 - QUE ES UNA RELACION DE AYUDA “PSI”**

Ante cada instante de nuestra existencia:

*“... cada criatura, en la medida que puede por su propio poder, se esfuerza para preservar en su ser”, “y el empeño mediante el cual cada criatura se esfuerza para preservar en su ser no es otra cosa que la esencia real de la criatura”*

Baruch Spinoza

Las relaciones de ayuda “psi”, para problemáticas humanas que provocan confusiones y sufrimientos existenciales, son un servicio que, de variadas maneras, procuran que el/los que consultan, adquieran mayor información experiencial sobre sí mismos, superen sus dificultades de consulta y hagan con ellas lo que consideren mejor para sus existencias.

Todas ellas son narraciones que explícita o implícitamente, expresan vivencias quiasmáticas, multi-relacionales. Por un lado, se “juegan”, en y desde, las múltiples configuraciones de tres partes: consultante/es-consultado-vínculo de ayuda. Por otro, parten de la palabra que narra lo que demanda/n la/as personas que consultan, y se entrama con la palabra, y recursos complementarios, desde los cuales interviene el profesional. Y estas intervenciones, suponen modelados teóricos de diferentes bases.

Sus intenciones son ayudar en la resolución del sentirse mal, siendo éste: una serie compleja de distintos malestares, que conllevan a sufrimientos, desorientación y confusión vital, que frenan o sobre impulsa el camino del existir, deteniendo o distorsionando la mismidad de sus deseos.

Por ello, lo profesionales, promueven que los consultantes logren sentirse bien y esto implica: “estar vitalmente orientado, en procesos activos de acción congruentes, integrando el sentir, el pensar y el hacer, en un dinámico fluir de experiencias y conductas, en concordancia con sus necesidades y deseos”. Y, ¿cómo esto se va expresando en el/los relato/os?

En ellos, y en cada instante/aquí ahora del presente, están el antes y él después, el pasado y el futuro, la memoria y el proyecto, de donde vengo y adonde quiero ir. El organismo que somos “funciona” desde lo emocional, lo racional, lo sentimental, lo imaginario, las experiencias vividas y las actualmente vivientes, que se simbolizan, que se perciben, que se significan, que se tramitan en diferentes planos de consciencia. Todo eso se totaliza en cada conducta, en cada comportamiento, en cada acción.

Lo que se sabe que ayuda, son modos relacionales que se enmarquen, en un estar presente, alejado de un modelo médico de la escucha, desde una mirada hacia el desarrollo personal, en y desde un marco actitudinal, basado en la comprensión empática, el respeto incondicional por la experiencia del otro, la autenticidad consigo mismo, una buena y amplia formación profesional, que conlleven un centrarse en la/s persona/s, y su/s problemática/s.

## **24 - ¿LA IDENTIDAD?**

La Identidad se define por aquello que caracteriza y distingue a una persona, un grupo, un objeto o un concepto. De ello se supone que ES, y no se lo piensa como un siendo. En lo que a nosotros los humanos, nos implica, remite a nuestras: conformación corporal, edad, género, orientación sexual, nacionalidad, educación, idioma profesión, oficio, habilidades, creencias religiosas, grupo étnico, ideología política, roles, status, experiencia, perfil en redes, entre otras delimitaciones, basadas en lo que uno presenta de sí mismo, para sí mismo y, para/en los demás. Como dijo Jean Paul Sartre “uno es lo que hace”, y en lo que hace se expresa. Como he dicho en escritos anteriores, nuestra existencia fluye entramándose y co constituyendo un relato, en el mismo transitamos varios de los ejes/roles antes mencionados, y como en cada uno de ellos conlleva a diferentes modos de vínculos, en ellos desplegamos distintas acciones, en más o menos coherencia, en tanto la retroalimentación que nos encuentra en cada vinculación con otro. Entonces, surgen preguntas: ¿somos el mismo siempre? ¿qué es ser el mismo”, si poseemos una mismidad, ¿cómo se expresa en cada vinculación, desde uno u otro rol?. Es aquí que tenemos que pensar que es ser siendo persona, y que es ser siendo personaje. La existencia muchas veces nos lleva a jugar un personaje, el tema es si nos instalamos en él, o podemos saber y elegir jugar un determinado rol, con sus características, y no alejarnos de nuestra mismidad. Doy un ejemplo, una persona es: hijo, médico, esposo, padre, de clase media, tímido, católico practicante, de clase media, rubio, de centro izquierda, antisemita, hincha fanático de un club de futbol, y cada vez que va la cancha se pone violento. En cada caso, en cada rol, es visto y se ve de una manera u otra, depende en qué relaciones/ vínculos/acciones, juegue su modo de ser. Somos siendo.

## **25 - DE DONDE EMERGEN MIS IDEAS**

Sabemos que para ver un valle en su amplitud hay que subirse a una montaña, y para ser el terapeuta y docente que se es siendo, nos debemos inspirar en nuestros predecesores, en tanto ningunas ideas salen de la nada.

Las mías, que expreso en mi libros y en las clases que doy emergen de:

HERACLITO: todo fluye – PARMENIDES: el Ser es inmutable- ARISTOTELES: potencia y acto-SPINOZA: el Conatus- NIETZSCHE: la Voluntad de Poder- KROPOTKIN : La ayuda mutua-HUSSERL: la Reducción Fenomenológica- KERKEGAARD: el Existir- DESCARTES: la Duda- HEIDEGGER: el Dasein- SARTRE: la Responsabilidad-MERLEAU PONTY: lo Visible y lo Invisible-DERRIDA: la Deconstrucción-DELEUZE: la Diferencia- FOUCAULT: la Noción de Poder-SIMONDON: la Meta estabilidad-BATESON: su Epistemología-SAUSSURE: significante y significado- FREUD: la Asociación libre- ADLER: el Complejo de Inferioridad- JUNG: Lo Inconsciente- WATSON: El Comportamiento- PAVLOV: Los Reflejos- KLEIN: Pecho bueno y Pecho malo- BINSWANGER: el Proyecto de vida- FRANKL: En Sentido de Vida- FROMM: El Miedo a La Libertad- HORNEY: La importancia de la Cultura-FAIRBAIN: La relaciones Objetales- CARUSO: la Psicología Profunda- DESOILLE: El Ensueño Despierto- PERLS: hablar desde el YO- MORENO: La Telé-MASLOW: La Autorealización- GOLDSTEIN: Lo Organísmico- GENDLIN: el Experienciar- PICHON RIVIERE: la Interacción- ROGERS: El Marco Actitudinal- ARTILES: Mi Maestro.

## **26 - DEL ICEBERG AL ARBOL, DEL PSICOANÁLISIS A UN HUMANISMO INTEGRATIVO**

### INTRODUCCION

Una famosa carta que le escribió S. Freud a su amigo L. Binswanger – un fundamental psiquiatra Existencial- (parafraseo) “amigo vos ocupate de la azotea y yo me ocupo del sótano”. Desde entonces el Psicoanálisis –sobre todo el ortodoxo- utiliza la imagen del ICEBERG, para ilustrar que hay mucho más en lo que no se ve en ese pedazo de hielo, que lo que se ve. Dicho de una manera muy simple de mi parte, el Inconsciente esta abajo, oculto, y lo Consciente es lo que aflora a la vista, y el preconsciente está muy cerca de la superficie. Nos muestra congelados y determinados, y lo que podemos hacer es que ese algo no visible se descongele y se haga visible lo más posible. Es una hipótesis que respeto, pero no coincido. Es por ello que propongo al Árbol como imagen. Un árbol es un ser viviente- como nosotros- empieza desde una semilla, crecen algunas raíces al mismo tiempo que asoma un pequeño tronco- como nosotros-. Desde allí, desde que se asoma, comienza su desarrollo y luego su despliegue. Al mismo tiempo que crece, y gracias a sus raíces, se afirma en el suelo. Pasa etapas que quedan registradas en el círculo de su tronco – así se pueden calcular sus años-. De ese tronco crecen ramas, y luego hojas y, en algunos casos, flores. De las raíces suben las nutrientes, y de las ramas, y las hojas, que se hacen copas, reciben el Sol y la Luna, que le facilitan su energía para desplegarse. Una vez adulto, hay un equilibrio del todo que es, entre las partes que lo componen, raíces, tronco, ramas, copas, flores y semillas para generar un nuevo árbol. Si creció en un bosque, puede además interactuar con los otros seres vivientes, sean otros árboles, sean animales, desde su naturaleza, desde su especie, se desarrolla solidario con el mundo otro, del cual se nutre. Así somos nosotros cuando nos desarrollamos y desplegamos. Y si no puede, y si es atacado, y si se enferma, como nosotros, esto lo dejo para otra nota.

## **27 - EL ICEBERG AL ARBOL DEL PSICOANALISIS AL HUMANISMO INTEGRATIVO**

### NOTA 2: CONTINUACIÓN

#### TENDENCIA VITAL

Nomino como tendencia vital, a una disposición que tienen los organismos vivos, para nacer, crecer, desarrollarse, en concordancia con el potencial biológico que posee cada especie. Este concepto fue descrito por muchos autores, cada uno desde su mirada epistemológica. Ejemplos: Spinoza con Conatus, Nietzsche con la Voluntad de Poder, Bergson con el elán vital, Freud con las Pulsiones de Vida y de Muerte, Goldstein cuando define lo Organismico, Maslow con la tendencia a la Autorrealización, Fromm con su análisis de necesidades primarias y secundarias, Frankl en la busca del sentido de Vida, Rogers con Tendencia Actualizante, Whyte y Gyorgi la Tendencia Mórfica del Universo, entre otros. En síntesis, la idea es que lo vivo tiene un principio básico, tiende a seguir vivo como sea. Nosotros como primates, hemos desarrollado un organismo que adquirió Conciencia de sí mismo, y nuestro organismo que siempre tiende a seguir vivo, es regulado por la noción de sí mismo. Tal como esa noción se va estructurando, en nuestra pertenencia a la naturaleza social que somos siendo, cobra una dimensión diferente, en tanto es constructora de individuaciones y agrupaciones sociales, que sostienen y conforman modos de estar en el mundo, qué para mantenerse vivos, no siguen reglas fijas y, eso se conforma en las distintas socializaciones y culturas. Así se fue organizando la CONDICION HUMANA. Es desde allí, los distintos modos de poner en acto esta tendencia vital y, por ello, como actuar en consecuencia. Toda acción humana,

cuando se realiza, quien o quienes la ejecutan, cuando lo hacen, creen que está bien, sino no lo harían, es por ello muy importante analizar y revisar cómo se construyen los sistemas de creencias. Si creemos que somos como un iceberg/tempaño, no hay mucho que hacer. Veremos porque en la próxima nota.

## **28 - DEL PSICOANALISIS AL HUMANISMO INTEGRATIVO**

### **NOTA 2: LA SALUD Y LA ENFERMEDAD PSÍQUICAS**

Soy consciente que entro en un tema muy controvertido, sobre todo luego de un siglo-el XX-exageradamente “psicologista”, y encima, desde una “mirada médica”, qué por múltiples razones, muchos de mis colegas psicólogos la adoptaron, olvidándose del origen filosófico de nuestra disciplina. Por ejemplo, se usa la palabra “enfermedad” que deviene del latín Infirmare, lo cual significa que un órgano que no cumple su función la infirma, y si la cumple la confirma. Si un riñón no filtra tenemos un problema renal, porque infirma su funcionamiento. Entonces: ¿quiénes determinan cual es la función de la psiquis?, y cuando infirma o confirma en sus comportamientos. Si pensamos desde la idea de un iceberg/tempaño, nos enrolamos en un ideario homeostático, de equilibrio, de allí surge la idea de ser equilibrado. Si lo podemos visualizar desde la imagen de un árbol, nuestro ideario es homeodinámico, de allí surge la idea del desarrollo, de la transformación, del cambio, del dinamismo, de la creatividad. Estar equilibrado es estar muerto, o peor estar muerto en vida, es Yacer, Ser, y no siendo. Transitar la existencia es arrojarse a la homeodinamia, que tiene momentos de homeostasis, para reagruparse, y volver a seguir desplegándose, a eso G. Simondon lo denomino como Metaestabilidad. Estar sano es transitar la vida creando y desplegando capacidad de amar y trabajar. En próxima nota vamos a desmenuzar más estas ideas, aquí recomiendo leer Historia de la Locura de Michel Foucault.

## **29 - LA SALUD MENTAL**

Todo organismo vivo tiene una manera de saber cómo nacer, tomar decisiones, elegir caminos para seguir vivo. A eso G. Bateson lo denominó Epistemología de lo vivo. Cada uno de nosotros posee esa capacidad, y cada árbol también. De una semilla emergen juntos las raíces y el tronco, a principio de pequeño tamaño, luego se van desarrollando, y más tarde desplegando. Que lo puedan hacer dependen de la tierra y el clima. La tierra “madre”, sus nutrientes, el clima “padre”, el contexto. Como un bebe humano que necesita la leche y el contacto, sino padece de marasmo. El que es y será siendo se vincula, se comunica y si recibe retroalimentación positiva, comienza su crecimiento. El árbol y nosotros somos en nuestros inicios muy dependientes. Las raíces buscan hacia abajo y en los costados de las profundidades, el tronco crece al mismo tiempo que van naciendo sus ramas, buscando el Sol. En su potencialidad biológica está el camino a recorrer. Si es un ombú, “sabe” que va estar muy solo (existe un solo bosque de ombúes, está en Uruguay) y ,que otras especies están en bosques y selvas, estos son arboles sociales, como nosotros. Por ello necesitan la comunicación, que se la brindan los hongos, y animales que anidan en sus ramas, e insectos que liban sus flores y comen sus semillas. El Ombú solitario también depende de estos animales. La vida es una entrama comunicacional. Esa urdimbre también hay contactos con otros seres vivos qué en su epistemología vital, para sobrevivir, necesitan succionar la savia, penetrar la corteza y alimentarse, son sus depredadores, sus “enemigos” naturales. La naturaleza es meta

estable, se establece en cada ecosistema social. Para ello cada árbol construye sus defensas. ¿Y cuándo un árbol está siendo sano?, Cuando se auto determina, cuando aprende, que la tierra, el agua, el sol, la luna, el clima, las 4 estaciones, los otros seres vivos, son todo lo que lo hacen ser quien es siendo, cuando se sabe vivo en un contexto, cuando sabe desplegarse y defenderse Es allí que despliega su copa y deja caer sus semillas, o se las entrega a un pájaro para que después las defeque, o a una abeja que saque su polen y lo deposite en otro árbol. Cuando vence su egoísmo y es solidario.

### **30- ENTRAMADOS**

Cuando algunos autores piensan lo humano y su construcción como personas lo consideran como producto de una historia; otros como haciéndose hacia un devenir, y están aquellos que nos hablan del aquí y ahora, donde todo se une. En casi todos los casos en que aparece la pregunta acerca de quiénes somos, cómo somos, de dónde venimos, adónde vamos, surge la angustia, la ansiedad ante el hecho del tiempo, de ese acontecer indefinible, que pasa, que transita y que sin misterio nos lleva hacia la muerte, aunque esta última nos enfrente con la incógnita acerca de si hay algo o no después de que ella nos acontezca. Acontecer, suceso en el cual no estaremos presentes, salvo, quizás en el instante previo, en el último suspiro. Por ello me surgió la siguiente reflexión: Somos instantes, momentos pasajeros y una sucesión de recuerdos. Somos viajeros en el tiempo, en una fracción del mundo en la que instalamos nuestra vida como si fuera a durar para siempre. Pero lo cierto es que somos fugaces, somos como huellas en la arena que las olas borran al momento de irnos. Estamos ante una interpretación de un hecho, no hay otra manera de hacerlo, tal como nos legó Nietzsche. Lo que las personas hacemos es interpretar lo que llamamos hechos, si bien pueden ser datos sensibles que, por lo tanto, impregnan nuestros sentidos, al instante los simbolizamos, los significamos, los denominamos. Estas acciones de interpretación están, a su vez, dichas, elaboradas, por la construcción social en la que caemos al mundo y coexistimos en él. Unos pocos logran salirse e individuarse creativamente de lo contextual: esos son los creadores. Algunos son “tirados” al olvido porque dañan lo instituido y, quizás rescatados en un futuro que puede, por su tránsito transformacional, darles cabida. Otros pocos son aceptados y producen revoluciones, científicas, artísticas, políticas. Estos últimos, salvo excepciones, han hecho aportes que no hicieron peligrar los sistemas, o han sido tan geniales que con sutilezas han esquivado “las balas”. Si logramos pensarnos como cuaternarios –biológicos, sociológicos, psicológicos, espirituales– integrar los descubrimientos sobre la percepción de la psicología de la Gestalt y los aportes de Merleau Ponty, sobre figura y fondo en los primeros, y sobre lo visible y lo invisible en el segundo, podemos acercarnos a una mirada sobre quiénes somos que denomino quiasmática y que puede ayudar a que nos comprendamos un poco mejor. Estamos, entonces, ante la idea fenomenológica gestáltica integrada de figura fondo. Aquello que los instantes que transitamos se van colocando “a la vista”, y con eso nos encontramos en cada mediodía, deviniendo de uno a otro, con alternancias de predominio. Si escuchamos y respetamos ese fluir facilitamos que la voluntad de poderío haga su camino en cada ser vivo y obviamente en cada humano. Sé que vivimos en una mundanidad de conceptos que co construyen la realidad que queremos que sea; si sabemos que en cada caso es una ilusión del instante podremos ser más sabios con nosotros mismos y con lo otro, eso otro que es la naturaleza y nosotros otros entramados.

### 31-FLUIR

El ser humano es como un río que fluye.  
Entre orillas que lo contienen y le dan su cauce y su nombre.

Cuando el tiempo está calmo sigue su curso hacia su desembocadura: es quien es fluyendo.  
Cuando no hay calma, transita momentos tumultuosos, después de grandes lluvias, tormentas y grandes vientos, sube y se desborda, y en ocasiones cae al vacío en forma de cataratas, así como, luego de grandes sequías, se queda con poca agua y surgen los bajones.  
Mientras avanza, circula entre meandros, dobla, sigue derecho, se abre, se cierra, se agranda, se achica.

Muchas veces se encuentra con trabas que le dificultan su recorrer, a veces por el azar de árboles caídos, o de diques naturales, otras de diques construidos por otros, o por sí mismo.  
Diques que, a veces, tienen el sentido de hacerlo parar para que reflexione cómo seguir, y otras que se interponen para impedirle ser quien es y quiere ser.  
Estos últimos son lo que debe superar; a veces puede solo; otras, necesita ayuda; para esto último estamos nosotros.

Nosotros, para poder hacerlo bien, primero tenemos que superar nuestros propios diques, y luego, como profesionales de las relaciones de la ayuda, formarnos seriamente para poder ayudar.

Este río que somos, fluyendo, desde un origen donde comenzamos a ser, necesitamos cruzarnos con otros ríos, para sumar y enriquecer nuestra agua con otras que agreguen sus cualidades y hacer un río "nosotros", desde el cual desemboquemos en un mar. Instante quiasmático, donde se unen las dulces con las saladas, instante en el que los opuestos se integran y hacen uno/todo.

Mensaje que nos brinda la naturaleza: es posible el nosotros y también el cada uno.

Instante que deviene en otro instante, el del mar/nosotros, que también tienen sus costas, sus mareas bajas y altas, sus tempestades, sus aguas cálidas y congeladas con témpanos.

Instante donde el río sigue siendo río y ese mar se integra a otros mares, en otros quiasmas, donde nuestro mundo se hace uno.

Y sigue su rumbo, su sentido total, que deviene de cada uno de esos ríos, que se animaron a seguir fluyendo, superando sus dificultades, dando de sí mismos lo que cada uno pudo dar.

Cuando uno de esos ríos nos pide ayuda, no solo pensemos que tenemos que ayudarlo a superar sus trabas, sus diques o los diques de otros, sino también y más aún, que pueda unirse a ese río "nosotros", para que esos mares, donde desembocan, puedan incorporar ese modelo y unirse con los otros mares que componen nuestra casa, la Tierra.

### **32-TRANSCAUSALIDAD: PARA SUPERAR EL PARADIGMA CAUSA EFECTO**

Seguir pensando que la naturaleza se mueve en forma lineal, y trasladar ese antiguo concepto a las conductas humanas, daña la comprensión de los hechos que suceden y acontecen. Decir que el hecho C, es causa de A +B, hoy es un “principio dormitivo”- cuando en la obra de Moliere- El enfermo Imaginario-, se pregunta a una persona porque el opio adormece respondió: porque tiene un principio dormitivo. La naturaleza no es lineal en sus sucesos, y nosotros tampoco. S. Freud que fue un precursor dijo que somos poli causados y que una conducta es resultado de series complementarias – pero su paradigma era el propio de su época, unía el pasado con el presente, y su unión causaba los síntomas. Más aún en un intercambio con su amigo L. Binswanger, que fue un gran psiquiatra existencial, que pensaba que lo más importante no era el pasado sino el proyecto futuro que actualizaba el pasado. Freud le dijo –parafraseo-: vos ocupate de la terraza yo me ocupo del sótano. Hoy sabemos que los tiempos están entrelazados en un presente, en cada instante que somos siendo. Somos el resultado de una entrama, de una urdimbre, donde a veces se hace figura sobre un fondo algún hecho, que puede ser iluminado en las entrevistas para ayudar a resolver un malestar existencial/síntoma. El concepto que inauguro – **transcausalidad**- que podría integrarse con otro concepto que es la **equifinalidad**, ya preexistente pero muy poco tomado en cuenta. En ambos, de una manera u otra se sostienen en que ninguna conducta, sentimiento o emoción, emerge de una sola causa, y que es un error de comprensión sostener esto último. Lo que hacemos, pensamos y sentimos, en síntesis lo que nos pasa, sea lo que sea, está atravesado transversalmente por: la genética, la educación, las relaciones familiares- los intercambios con los otros – sean constructivos o destructivos- los contextos, las creencias, los hechos del pasado, los del presente, los proyectos, el azar, las ideas religiosas, las ideas políticas, los grupos de pertenencia, la cultura del país o región donde transitamos, en síntesis: el suceder siendo de cada uno de nosotros. Es allí que nuestro organismo, como un todo, y la noción de si mismo desde la cual percibimos, regulada por nuestro cerebro, como un sistema dentro de otros sistemas, entramados-insisto- da cuenta del cómo nos expresamos en todos los aspectos que lo hacemos. Los que nos dedicamos a la ayuda psíquica, de cualquier línea que se el profesional, debe escuchar el relato de su consultante/paciente desde la transcausalidad, e intervenir desde ese modo de escuchar al demanda de ayuda., sea cual sea.

### **33 - DE LA NOSTRIDAD A LA VOSTRIDAD**

En 2009 publiqué uno de mis libros con el título “Manifiesto Humanístico- Introducción a un nuevo verbo: NOSOTREAR – Editorial LEA- .Inspirado en la famosa frase de Martin Heidegger “El preguntar es la devoción del pensar”, el texto transita en capítulos acerca de cómo ejercer acciones que faciliten un mejor desarrollo de lo humano. El eje del mismo gira alrededor del suceder humano, en sus intersecciones con los universos, el mundo, la naturaleza y con nuestros semejantes. Dado que un verbo, en sus declinaciones, nos invita al pensar que y como hacer, partiendo de los pronombres, lo decline con la idea de presentar distintos modos de vincularnos. En una síntesis lo ejemplifico:

**Yo nosotreo**: desde la identidad de mi mismidad, me integro con un nosotros que me incluye y con el cual me identifico. Sea una familia, un barrio, una nacionalidad, una ideología, un partido político un equipo de futbol.

**Tu nosotreas** , es otro, de otro nosotros, con el cual puedo tener diferencias, pero es posible el intercambio dialogal y ponernos de acuerdo, aún en la diferencia.

**El nosotrea** como parte de otro nosotros, muy alejado en lo identitario, hasta opuesto, con el cual es muy difícil interactuar para ambos, sobre todo si ambos o uno de los dos se dogmatiza. Hay grandes posibilidades de distintos tipos de conflictos. En este caso se observa, que muchas veces ese él, se lo vive como una amenaza, de la cual hay que defenderse, alejándose o atacando.

**Nosotros nosotreamos**, implica la integración a un grupo de pertenencia con similitudes de opiniones y creencias, en casi todos los aspectos de la existencia. Grupo de amigos, políticos, ideológicos, religiosos, deportivos, sistemas de creencias compartidos. Una identidad común.

**Vosotros nosotrais**, estamos ante un otro nosotros, qué como el tú, se diferencia, poco o mucho, pero es posible acercarse, dialogar y consensuar. Puede haber conflictos puntuales, pero se arreglan sin llegar a mayores. Ambos somos vosotros para el otro grupo.

**Ellos nosotrear**, aquí nos vemos ante otros nosotros que consideramos ellos, y lo peor es cuando ellos también nos ven a nosotros como ellos. Es ante esta instancia que, cuando se instala, es la fuente de los más graves conflictos humanos que nos tienen acostumbrados la historia y el presente de la humanidad. El racismo, la xenofobia, el machismo, el feminismo, todos los ismos, las dictaduras, los grupos terroristas, los estados terroristas, los holocaustos, las guerras etc. En todos estos casos, el otro no es un otro semejante, sino un enemigo, un peligro al que hay que eliminar. Esa consideración de ese otro viola una ley vital, aquella que implica la preservación de la especie, en tanto se lo percibe como un peligro para la misma, o lo que es peor como se fuera de otra especie. Y aquí viene la frase de Heidegger, "me pregunto": ¿Si bien para soportar la incertidumbre, necesitamos establecer una sólida identidad y, aun sabiendo que no existe la Verdad, precisamos tener algunas certezas, entre ellas la pertenencia a algún tipo de grupo identitario, dado que nos invade el miedo a la libertad- leer a Erich Fromm su libro de título homónimo-, y necesitamos un ideario y una ideología y un líder que nos indique el camino a seguir, y por otra parte un mensaje de doble vinculo: fortalecer nuestra noción de si mismo-YO-, tener creencias certeras, una alta autoestima – si alguno sabe cómo medirla y si existe un auto estimómetro que me lo diga-, no seas débil- cuando sentirse débil es necesario para cambiar- ,no seas confuso- cuando la confusión es la prueba de que no estamos seguros y en una búsqueda y por lo tanto necesaria-, no fracases, no te equivoques, cuando equivocarse y fracasar son los caminos del darse cuenta por donde y transitar la vida de un modo más favorable. No será importante cambiar un paradigma que se aleje un poco de lo racional/ cognitivo, que nos lleva a estar en una causalidad bipolar? ¿No será indicado alejarse algo del lenguaje, que es lineal, y la vida es recursiva y dar permiso a la imaginación y la intuición, fuentes de la libertad y la creatividad sin prejuicios?

**¿No habrá que cambiar la ideología de nostridad por la de vostridad?**

## **34-COMO FACILITAR LA TRANSFORMACION PERSONAL**

Para poder cambiar y transformarse hay que ir a CONTRAMANO

Una advertencia:

En el famoso libro EL GATOPARDO, su autor, Giuseppe de Lampedusa nos dejó un mensaje, *“Qué algo cambie, para que nada cambie”*. De eso tenemos que cuidarnos, si queremos transitar transformaciones.

### **Introducción**

Desde las últimas décadas del siglo pasado y en lo que transcurre en este siglo, han cambiado los paradigmas de la ayuda, en relación a lo instalado como certidumbre desde mediados del siglo 19, que se ha denominado como Modernidad. Es en esa antigua etapa que aparece la Psicología como ciencia, y se acuña la palabra Psicoterapia. Antes, muchos siglos atrás, existían los sabios de las tribus y comarcas, gurúes, religiosos, “brujas y brujos”, entre otras y otras “disciplinas,” que sabían escuchar los problemas de sus congéneres y los ayudaban a resolver sus problemáticas existenciales y también lo que hoy llamamos patologías mentales. El siglo 20 instaló el “modelo médico”, por eso la mayoría de las líneas de la ayuda “Psi”, (salvo algunas excepciones) fueron creadas por neurólogos y psiquiatras. Hoy ese paradigma está siendo replanteado, la necesidad de los que consultan, aún en sus síntomas, en el fondo de ellos, está la búsqueda de sentido vital, de romper con estancamientos que traban la tendencia/pulsión/energía, y con ello al organismo humano, individual y social. La mayoría de los que nos consultan necesitan cambiar, reorientarse, transformarse para poder salir del camino que transitan y encontrar otros rumbos que le generen mayor bienestar. Buscan ese cambio para dejar de sufrir y/o hacer sufrir. Y lo que había sido olvidado, vuelven a ser figura sobre un fondo implícito en la mayoría de los modelos existente, y solo en algunos casos explicita, me refiero a la Filosofía y la Antropología Existencial. Las personas no buscan una determinada teoría o práctica, buscan quienes los escuchen, y los ayuden a tramitar su existencia de una manera más eficiente en lo que respecta su bienestar. No buscan técnicas sino seres humanos que dispongan de la capacidad de poseer y ofrecer comprensión empática, y aporten recursos/ metodologías, que faciliten el auto descubrirse y elegir mejor. Cada vez más está presente el tiempo que estamos en este mundo, y qué hacer con él, cuando la presencia de la muerte es sentida como está ahí, aquí, y la pregunta ¿que estoy haciendo con mi vida, con mi corta vida?. Nunca, como siglos anteriores, esa certidumbre se palpa en cada consulta. Esa vivencia, tan bien planteada por filósofos de la talla de M. Heidegger, J.P Sartre, Merleau Ponty, Derrida, entre otros, el que somos un ser que sabemos que vamos a morir, se nos impone a los que nos dedicamos a facilitar procesos de ayuda, seamos Psicólogos, Médicos psicoterapeutas, Counselors, Arteterapeutas, Terapeutas Filosóficos, de diferentes movimientos , tales como: Humanísticos, Centrados en las Personas, Centrados en la Relación, Psicoanalíticos, Cognitivistas, Conductuales, Fenomenológicos, Gestálticos, Logoterapeutas, Transpersonales, Integrativos, entre otros, que la gente consulta, cuando se siente mal consigo misma. Ninguna de esas líneas ha demostrado ser más eficientes y eficaces que las demás, si se a comprobado que hay mejores terapeutas, independientemente del modelo que sostenga, y tiene las siguientes cualidades: No se esconde en un título académico, se muestra como persona, es auténtico y está conectado con lo que siente ante lo que siente su consultante, brinda comprensión empática, no juzga ni interpreta desde su sistema de creencias, es incondicional, acompaña, escucha activamente, se ocupa de comprender que le pasa con lo que le pasa, y lo transmite, chequea lo que percibe su consultante, lo expresa y

escucha que se da en esa coexistencia en ese vínculo. No sabe más de esa/e consultante que lo que él o ella, sabe de sí mismo, y puede ayudar a descubrir sobre lo que esta “invisible” a su percepción. Esos terapeutas saben que no tienen la verdad, si, algunas certezas metodológicas, que los aproximan a favorecer la solución de los problemas/conflictos que apuntalen hacia mejores desarrollos humanos. Desde allí favorecen el afrontar el misterio de existir, a intentar responder la pregunta, porque yo y no la nada, y como soporto y/o elaboro la inevitable angustia existencial, que se tramita como fondo o figura, en todas las problemáticas de consulta. Es desde aquí que voy a introducir, nuevas reflexiones, a las que vengo haciendo hace más de 45 años, y que vengo expresando en mis clases en Universidades y Centros de formación, y que están plasmadas en los libros y escritos que he publicado.

## **A CONTRAMANO**

Somos proyecto de vida, esa es la condición humana, en tanto la vida nos trajo aquí, donde estamos existiendo, y nos compele a ir hacia adelante, buscando nuestro lugar en el mundo y modos de transitarlo. Estamos y somos mundo, porque un día, hace años, un óvulo y un espermatozoide, “decidieron integrarse”, y han demarcado nuestra genética. Estamos aquí porque transitamos una experiencia fetal, que deja sus huellas, y luego de unos meses, salimos de un mundo acuático y pasamos por un parto que nos trajo a este, donde hay que respirar con los pulmones y soportar la ley de gravedad. Hemos nacido como primates dependientes de otros para poder seguir estando aquí, por ello necesitamos pasar una etapa que se denomina como socialización. No hemos elegido ser hijos de quienes somos, ni de la época, ni del contexto-continente, país, región, grupos primarios de pertenencia, idioma- y sistemas iniciales de creencias y costumbres que nos imponen. Somos un cuerpo que siente, que tiene sensaciones que las registra en principio el órgano más grande que tenemos, la piel, y todos los demás componentes de ese cuerpo que somos. Nuestro cerebro se va desplegando, siendo en la totalidad organísmica, y en la vinculación con ese contexto, vamos construyendo nuestra mente. Esa co-construcción tiene etapas, que han estudiado la filosofía, la psicología evolutiva, la sociología, la antropología, la medicina, las neurociencias. Empezamos siendo deseo de otros, hasta adquirir los propios con la noción de sí mismo. Esta es esencialmente de aquello que nos ocupamos, cuando estamos en terapia, el facilitar una exploración conjunta, consultantes y terapeutas, de revisar esa noción que poseen las personas, y que por algún motivo quieren y necesitan cambiar y/o transformar. Nuestro eje, nuestro “objeto” de estudio es LA PERCEPCION, esta es una función psíquica que “apareció” en la evolución, con el desarrollo del neocortex y, desde la cual, nosotros, decodificamos las sensaciones, las vivencias, las emociones, las simbolizamos, las “razonamos”, le ponemos nombre, y van constituyendo nuestro relato vital, donde la memoria, como función de la mente, y se va constituyendo nuestra noción de sí mismo, en diferentes planos de la consciencia. Somos siendo un auto relato existencial, “un cuento que fluye”, que se hace novela vital. Ese relato mientras se entrama de una manera que no produce dificultades en nuestro diario vivir, lo vamos transitando, tal como una expresión de la pulsión de vida, de la tendencia a auto actualizarnos, pero a veces se nos “traba”, nos produce malestares, conflictos, que nos confunden, nos hacen sufrir, y es allí que pedimos ayuda. Necesitamos revisarnos, reorientarnos, buscar cambios y transformaciones, para que los capítulos que tenemos que seguir “escribiendo” nos faciliten mayor bienestar, para nosotros mismos y aquellas y aquellos con los cuales nos vinculamos. En tanto, como ya comenté de una manera u otra, que vamos siendo una co-construcción de nosotros mismos. En ese camino nuestro organismo “elige” lo que considera propio, lo que es siendo nuestra noción de sí mismos en

distintos planos de la consciencia, algunos visibles a una percepción activa y presente en el relato, y otras en un meta relato, que, como diría Jacques Derrida, como terapeutas, tenemos que facilitar una deconstrucción, que permita una relectura del mismo, que incorpore aquello que “está ahí”. En este sentido, no olvidemos que percibimos desde los constructos perceptuales que están disponibles, y varios de ellos son los que están trabando y/o perturbando el libre fluir de la persona que nos consulta. Es por ello que me permito la metáfora de “IR A CONTRAMANO”, y lo hago porque si las personas siguen hacia delante “mirando de frente el camino”, van a seguir tropezando con las mismas dificultades que hoy les producen malestares. Existimos siempre en presente, en cada instante, y en ese “ahí”, está los proyectos y circunstancias que nos motivan, ese existir, y cuando lo revisamos nos encontramos constructos ya establecidos, que “nublan” la visión y perturban la misión, que de una manera u otra todos tenemos, “homeo dinámicamente”, mientras estamos vivos. Es entonces que esa deconstrucción en este “aquí”, incluye él “ya fue” y él “ya será”, los tres tiempos al mismo tiempo. Hay que animarse en un ir hacia atrás, y hacia adelante, a contramano. Desobedecer las construcciones previas, aquellas que nos y los perturban, y no “comprarse” delimitaciones, que impidan una nueva libertad para elegir quienes queremos seguir siendo. Si somos terapeutas, nuestra misión, es generar un espacio de escucha, que libre de amenazas, genere la posibilidad de esa revisión.

Andrés Sánchez Bodas- 2025

## **POEMA DE CIERRE**

### **EL CAMINO**

Busco "EL CAMINO", que no encuentro,  
Porque no está.  
Si me busco, encuentro mi camino,  
Que no se si EL CAMINO,  
Que no se si usted está en él.  
Que no sé si es el camino,  
Solo que el mío ES.  
Y si es mío es el camino,  
Que yo puedo tomar.  
Si lo tomo, encuentro en él,  
que así soy yo.  
OH¡¡ paradoja.  
Busco EL CAMINO, encuentro el mío,  
¿no será que el mío es EL?

Andrés Sánchez Bodas  
La Egometamorfosis- 1972- Poemario Editorial EM

## **CURRICULUM Vitae del autor**

### **Andrés Ricardo Sánchez Bodas**

Licenciado en Psicología- Universidad Nacional de Buenos Aires - 1972- y Counselor Certificado NBCC –International. Como Profesor Universitario ha sido Profesor Titular en la Universidad Nacional de Buenos Aires y en la Universidad de Palermo, Titular Asociado en la Universidad del Salvador, Profesor Invitado en la Universidad de San Juan. Introdutor del Counseling en la República Argentina y en Sudamerica en 1987- Creador del modelo “Enfoque Holístico Centrado en la Persona.” Co Director Institucional de Holos Sanchez Bodas- Primera Escuela Argentina de Counseling, creada en 1987 y con sedes en Capital Federal, CABA y Nuevo Delta. Profesor del posgrado de su organización. Profesor del EDI (Espacio de Definición Institucional) Docente de seminarios internacionales. Introdutor del Counseling en la República Oriental del Uruguay y en Perú. Director Honorario de la Asociación Peruana de Psicoterapia Centrada en la Persona y Counseling. Counselor Honorario de la Asociación Argentina de Counseling, y de la Asocacion de Counseling Profesional de la República Argentina. Miembro fundador de la Sociedad Interamericana de Counseling. Presidente de varios Congresos Internacionales de Counseling y del Enfoque Centrado en la Persona. Dichos eventos fueron realizados en Argentina, Brasil, Nicaragua, Venezuela y Cuba. Presidente de la Jornadas Nacionales anuales de Counseling. Director de la filial argentina de la National Board Certified Counselors- International. Miembro de la IAC (Asociación Internacional del Counseling). Miembro Reader de la ACA – Australian Counseling Association Miembro avalado por IRCEP con sede en USA, consejero de América Latina ante el Board. Creador de la revista virtual [www.revistaenfoquehumanistico.com](http://www.revistaenfoquehumanistico.com) En el año 2000 recibió el Premio Vocación Académica otorgado por la Fundación que organiza la Feria Internacional del Libro de Buenos Airesi Autor de numerosos artículos publicados en Revistas de su país y del mundo, ha sido invitado a programas de television y de radio para difundir sus ideas y ha escrito, publicado y colaborado en varios libros de textos sobre su especialidad, a saber:

### **Bibliografía de Andres Sanchez Bodas**

#### **Como autor**

La Egometamorfosis Edit. EM 1972

Estar Presente, Edit Holos 1997

Buscar Un lugar en el Mundo, Edit. Del Nuevo Extremo 2001 –

Qué es el Counseling Edit. Lectour. 2002Desplegarse- Edit. Lectour 2004Manifiesto Humanístico Edit LEA 2009

El Enfoque Holístico Centrado en la Persona Edit. Lea 2010

Quiasma. Edit. LEA 2017

El Suceder Humano. Edit. LEA 2021

----con Lucrecia Sanchez Berneman, Conocer a Carl Rogers Edit Lea 2000

----con Leo Vidoni, Puliendo Lentes Edit. Lea 2021

**En Inglés:** “Counseling Around the World” An International Handbook” American Counseling Association- 2013- Section 8- Chapter 37- Argentina

#### **Como autor y editor**

---- y otros ¿Crear Salud o Curar Enfermedad?, Edit. Holos 1993-----y otros Psicoterapias en Argentina, Edit. Holos 1994----- y otros. Counseling Humanístico, Edit. Holos 1999

Mail: [sanchezbodas@yahoo.com.ar](mailto:sanchezbodas@yahoo.com.ar)

Web: [www.holossanchezbodas.com](http://www.holossanchezbodas.com)