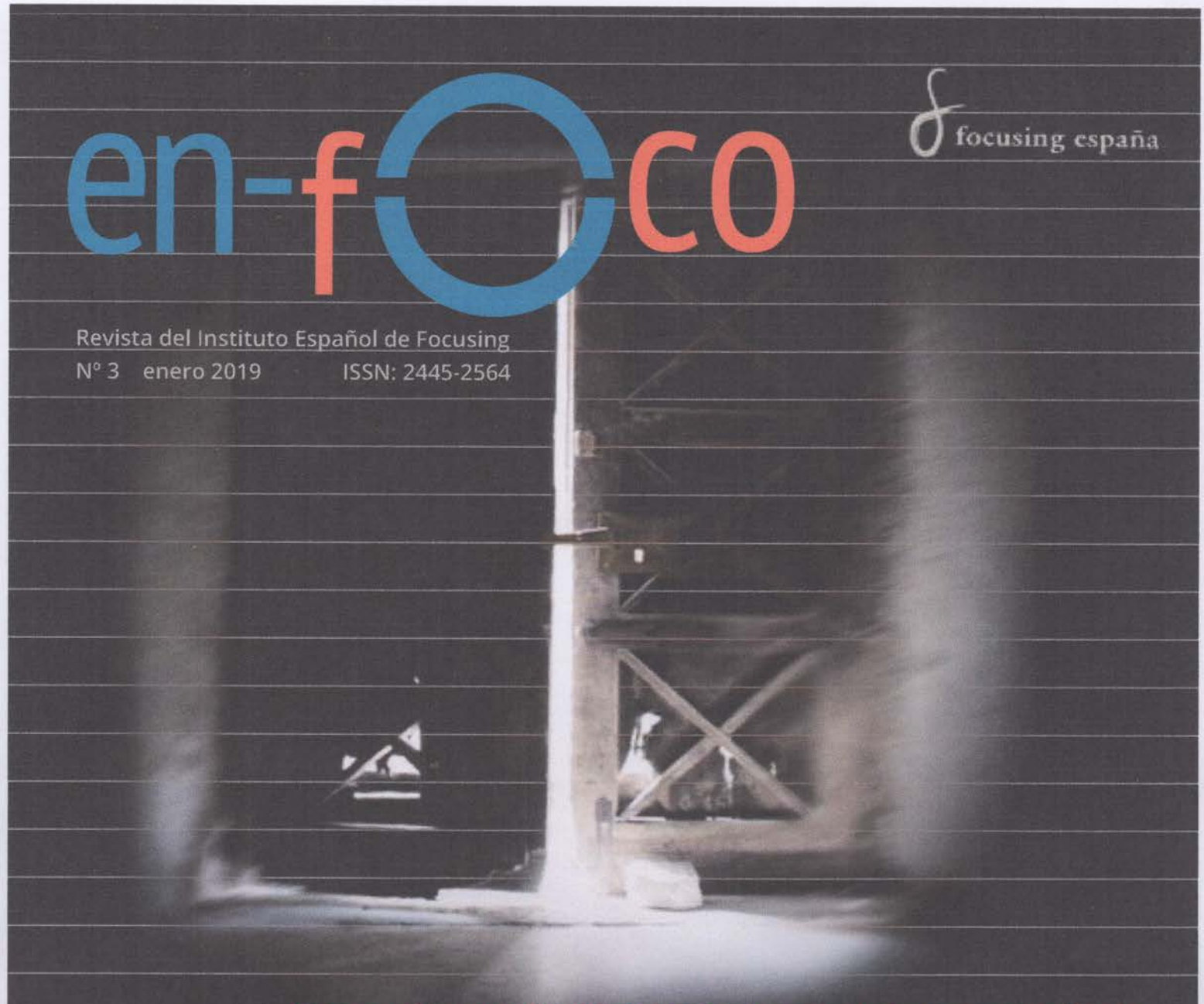
en-foco

focusing españa

Revista del Instituto Español de Focusing
Nº 3 enero 2019 ISSN: 2445-2564



Ortega y Gasset y Eugene Gendlin. Un acercamiento sorprendente.
Miguel Ángel Collado Correa pag. 5

Reflejar en el Enfoque Centrado en la Persona y Experiencial.
Alejandro López Marín pag. 11

Tendencia actualizante, sabiduría organísmica y comprensión del Mundo Salvador Moreno-López pag. 16

Una mirada hacia la comunicación experiencial.
Cristina Calle Cordero pag. 28

El Focusing y la Muerte. Parte 2.
Juan B. Prado Flores pag.34

Un viaje experiencial: recorrido histórico del Focusing en España.
Carlos Alemany Briz pag.42

Reseña Carlos Alemany Briz pag. 45

En-Foco

Número 3. enero 2019

Edita: Asociación Española de Focusing Carlos Alemany
C/Seminari s/n 07001 Palma de Mallorca
Baleares España email: info@focusing.es

Director: Carlos González Pérez

Comité editorial: Tomeu Barceló Rosselló
Isabel Gascón Juste
Ferrán Juan Torrens
Rosa Mª Martínez González
Francisco Javier Sivianes Escobar

Diseño y maquetación: Rafael Villeta López

Distribución y publicidad: Eva Algans Rodríguez

Revisión y corrección: M.ª Rosa Galiano Ceped

Se puede leer y descargar gratuitamente en:
www.focusing.es

ISSN: 2445-2564

Los editores no se hacen responsables de las opiniones vertidas en los artículos publicados.

Tendencia actualizante, sabiduría organísmica y comprensión del Mundo

Salvador Moreno-López Focusing México

Moreno, S. (2018). Actualizing Tendency, Organismic Wisdom and Understanding the World. In Manu Bazzano (Ed.), Re-Visioning Person-Centred Therapy: Theory and Practice of a Radical Paradigm (pp. 93-109). London, England: Routledge.

Resumen

Se presentan reflexiones sobre la práctica psicoterapéutica del autor, desde la perspectiva centrada en la persona iniciada por Carl R. Rogers. A partir de problematizar dicha práctica, se proponen ampliaciones a los conceptos de *tendencia actualizante y sabiduría organísmica* propuestos por Rogers, argumentando que la *comprensión del mundo* es una dimensión fundamental, inseparable, que hay que incluir para entender e impulsar el funcionamiento tanto de la tendencia actualizante como de la sabiduría organísmica. Integrar dicha comprensión en la práctica psicoterapéutica parece responder mejor a la consideración de las personas como Seres/Interacción-con-Otros-en-el-Mundo.

Palabras clave: Tendencia actualizante, Sabiduría organísmica, Comprensión del mundo, Psicoterapia, Interacción, Ser-en-el-mundo.

> "Ninguna teoría puede ser comprendida adecuadamente sin un conocimiento de las condiciones culturales y personales en las que surge."
>
> Carl R. Rogers, (1959, p. 185)

Introducción

Uno de los pilares filosóficos y teóricos del enfoque centrado en la persona es la propuesta de una tendencia actualizante como la base común de toda motivación. En palabras de Rogers (1980),

> "El enfoque centrado en la persona se basa en una confianza básica en los seres humanos y en todos los organismos... Podemos decir que hay en cada organismo, a cualquier nivel, una corriente subyacente de movimiento hacia la realización constructiva de sus posibilidades inherentes. También en los seres humanos hay una tendencia hacia un desarrollo más complejo y completo" (pp. 117-118).

Su confianza básica en los organismos y en el ser humano, le llevó a ubicar a los consultantes como protagonistas de su desarrollo personal y a los terapeutas como acompañantes. Tanto asombró a Rogers esta tendencia, que en uno de sus ejemplos enfatiza cómo una papa, a pesar de pobres condiciones medioambientales, puede generar brotes para crecer y buscar la luz. Dice:

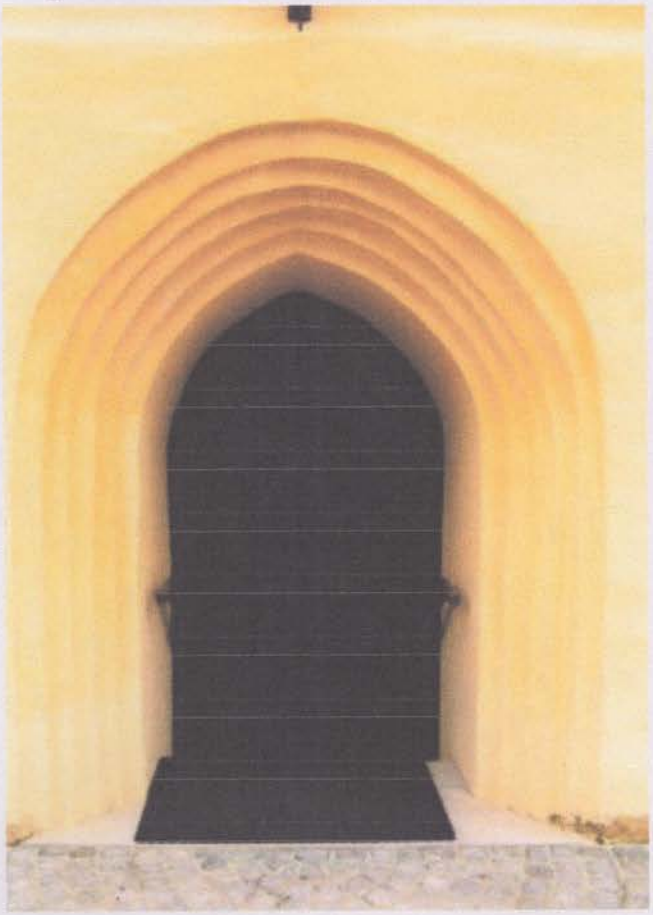
> "Los brotes eran, en su extraño y pobre crecimiento, una especie de expresión desesperada de la tendencia direccional que he estado describiendo. Nunca llegarían a ser plantas, nunca madurarían, nunca realizarían sus potencialidades reales. Pero, bajo las más adversas circunstancias, ellos estaban buscando llegar a ser. La vida no se rendiría, aunque no pudiera florecer " (p. 118).

Una tendencia direccional e interaccional

Más adelante, comenta que algunas personas que asisten a psicoterapia han vivido en condiciones tan desfavorables que sus vidas parecen anormales y poco humanas. Y aunque sus conductas parezcan extrañas, inadecuadas e inútiles, son lo mejor que pueden hacer para cuidar de sí mismas e impulsar su supervivencia y desarrollo. Desde esta perspectiva, Rogers enfatiza lo que llamaré: *la faceta direccional de la tendencia actualizante*. En este artículo resalto otra faceta; la llamaré *interaccional*, y se refiere a la consideración de que la vida y el vivir de una persona son una *interacción continua con otros seres humanos, en un mundo concreto*. Si bien este aspecto interaccional requiere atender a las condiciones necesarias para que la faceta direccional, impulsora y optimista de la tendencia actualizante, se exprese con mayor riqueza y complejidad, como Rogers (1957, 1959) lo ha señalado, es ineludible explicitar también las condiciones requeridas para el buen funcionamiento de la faceta interaccional de la tendencia actualizante.

Rogers (1980) pensaba que un organismo ordinariamente no desarrolla capacidades negativas. El, no "actualiza su potencial para la autodestrucción, ni su habilidad para soportar el dolor. Sólo bajo circunstancia inusuales o perversas se actualizan estas potencialidades. Es claro que la tendencia actualizante es selectiva y direccional, -es una tendencia constructiva si podemos llamarle así-." (p. 121). Sin embargo, cuando nos damos cuenta de que esas circunstancias perversas no son tan inusuales como quisiéramos, enfrentamos un problema importante de atender. Algunos ejemplos: la desnutrición, la falta de higiene y de un hogar estable durante los primeros años de vida –entre otros factores- juegan un papel decisivo en las posibilidades de desarrollo de un niño o niña. Las deficiencias en estas áreas pueden dejar secuelas negativas, insuperables en los años posteriores. Y ciertamente, los niños que crecen en estas condiciones

tienen grandes desventajas en comparación con niños que crecen bien nutridos, cuidados y con un hogar acogedor y estable. Sabemos de la importancia que la relación con las figuras materna y paterna, en esa época de la vida, tiene en el desarrollo socioafetivo. Y del impacto de la ausencia de padres amorosos, relativamente tranquilos y seguros, con tiempo y ánimo para jugar con sus hijos. Los niños son afectados por las condiciones socioafectivas, económicas, culturales y políticas vividas por sus padres, así como por su angustia de no saber si tendrán algo para comer cada día, si habrá agua, o medicinas si enferman, etc. Y, si bien hay que reconocer que la ausencia de los padres y la falta de una relación cercana y cálida con los hijos puede darse, tanto en situaciones de pobreza como de riqueza, las otras condiciones también marcan grandes diferencias en el desarrollo. Lo que resalto aquí es la necesidad de tomar en cuenta la influencia de las condiciones socio económicas, culturales, políticas, religiosas y medio ambientales en el desarrollo humano, junto con las relaciones interpersonales.



"Buen Con-Vivir"

Al enfatizar tanto la faceta direccional de la tendencia actualizante, pudiésemos olvidar la necesidad e importancia de transformar las condiciones socioculturales en que vivimos, de una manera tal que favorezcan e impulsen el *Buen Con-Vivir* de los seres humanos, cuidando al planeta tierra como la casa en que habitamos (Boff, 2002, 2009; Moreno, 2015). Sin dejar de reconocer lo valioso y sorprendente de esta tendencia a la vida, a la diferenciación y a la complejidad, también me pregunto: ¿No será igualmente importante identificar cuáles son las condiciones ecológicas, económicas, sociales, políticas, culturales, religiosas e interpersonales que mejor favorecen el desarrollo humano de las personas desde su tendencia actualizante?

Resuena significativamente en mí lo expresado por Max-Neef (1998), cuando dice: "Pero las pobrezas no son sólo pobrezas. Son mucho más que eso. *Cada pobreza genera patologías*, toda vez que rebasa límites críticos de intensidad y duración." (p. 43). Y estas patologías ya no son sólo individuales, sino sociales. Por lo tanto, la existencia de dichas patologías colectivas requiere de tratamientos distintos a los hasta ahora utilizados, ya que "no tiene sentido sanar a un individuo para luego devolverlo a un ambiente enfermo." (p. 48). Es decir, proponer comprensiones individualistas de los consultantes, al margen del mundo en el que vivimos, puede ser engañoso y llevarnos por caminos equivocados desde un horizonte ético de justicia.

Como psicoterapeuta me pregunto cómo atender y responder a los problemas de salario insuficiente, desempleo, violencia, inseguridad, desprotección, marginación, discriminación, exilio y migración forzada, injusticia, ilegalidad, corrupción, extorsión, secuestro, asesinatos, entre otros, vividos por los consultantes. Estas condiciones sociales, económicas, políticas, culturales y religiosas son ahora problemas cotidianos para **millones** de seres humanos. Incluso nosotros, los psicoterapeutas, somos afectados en mayor o menor medida por estas circunstancias. ¿Podemos ignorarlas y atender sólo a la faceta direccional de la tendencia actualizante?... Me parece que no.

En el contexto de mi práctica profesional de más de 40 años, y la de muchos de mis colegas, cuando una persona adulta viene a psicoterapia frecuentemente llega agobiada por el dolor, frustrada, desalentada, ansiosa, triste, desconcertada, temerosa, insegura; reconociendo que su *con-vivir* diario le resulta penoso, difícil, insatisfactorio y sufriente. A menudo, alude también a molestias como insomnio, dolores musculares o de cabeza, y gastritis, entre otros. Lo que ocurre le resulta un tanto incomprensible porque sus intentos para resolver estos sufrimientos no han dado el resultado esperado. Además de relatar cómo se siente y mostrar algunas de las emociones que le lastiman, esta persona también hace alusión a diversas circunstancias de su vivir: a las relaciones e interacciones con sus familiares, amigos, jefes y compañeros de trabajo, vecinos, etc.; a las condiciones laborales o a su desempleo, a las características del barrio y de la casa o departamento en los que vive, a sus medios de transporte, al acceso que tiene o no a servicios de salud, así como a la calidad de atención que recibe. Incluye también algunas referencias al rol que desempeña en su familia, a las responsabilidades que ello conlleva, y a las satisfacciones y frustraciones que encuentra en su diario con-vivir familiar. Queda claro entonces que esa persona es un ser humano encarnado que vive en interacción con otros seres humanos, en contextos socioculturales, económicos, políticos, religiosos y ecológicos concretos.

Así, desde estas observaciones y reflexiones, me hace sentido pensar que: Los problemas emocionales no son fundamentalmente fenómenos individuales, psicológicos, internos; sino que se trata más bien de vivencias que ocurren en la *interacción* con otras *personas*, en el *Mundo* concreto en el que viven. Y que por lo tanto, requieren atenderse desde los diferentes aspectos que tienen.

Para encontrar y generar modos de con-vivir bien, una persona requiere atenderse y comprenderse a sí misma, tanto como necesita comprender a los otros con los que se relaciona en su vivir cotidiano y al mundo en el que día a día comparten su existencia. Son tres aspectos inseparables e indispensables del diario vivir: 1) conocerse a sí, 2) conocer a los otros y 3) conocer al mundo en el que con-viven.

Desde esta perspectiva, lo antes dicho implica que una persona no tiene en sí misma, de manera innata, *todo* lo que requiere para comprenderse en su vivir cotidiano, para aprender a con-vivir con otros y su entorno, ni para cambiar lo que en un momento le estorbe y le haga sufrir emocionalmente. Necesita interactuar con otros y sus circunstancias, bajo ciertas condiciones, para desarrollar algunas de sus potencialidades, que le sirvan para impulsar cambios y modos distintos de relacionarse. Entonces, si el psicoterapeuta comprende cómo otras personas y el mundo se hacen presentes en el vivir de su consultante, podrá entenderla mejor y contará con guías de acción mejores que si no tiene esos conocimientos. Igual vale para la comprensión de su propio mundo.

Ciertamente Rogers (1951/1965), atiende primordialmente al mundo vivido del consultante. Dice que "en cada individuo existe un mundo continuamente cambiante de experiencia, de la cual él es el centro." (p. 483). Por lo tanto, "el mejor punto de vista para comprender la conducta es desde el marco de referencia interno del individuo mismo." (p. 494). Sin embargo, aquí propongo ampliar el horizonte de la atención para incluir también las comprensiones que, como ser humano y como psicoterapeuta, puedo tener de ese mundo del consultante, con la colaboración de diversas disciplinas científicas y otras fuentes válidas de conocimiento (Freire, 1993; Gendlin, 1984; Najmanovich, 2009). Por ejemplo, si el consultante se siente desprotegido económica o jurídicamente en algunas circunstancias, ¿cómo diferenciar si su sentirse desprotegido tiene que ver con que no haya apoyos accesibles en esas áreas o más bien a que no tenga información al respecto, o a que le sea difícil comprender las condiciones sociopolíticas en las que vive, o un poco de cada uno de estos aspectos? (Moreno y Casillas, 2015). Por supuesto, al mismo tiempo puede ocurrir también que la persona, por otras experiencias de su vida, se sienta insegura, vulnerable, angustiada, desamparada. Esta dimensión emocional igual hay que comprenderla, tomarla en cuenta y transformarla. La precaución que señalo es: no reducir el mundo vivido a algo que está "dentro" de la persona, y que por lo mismo podemos desentendernos de lo que está "afuera". Además, apunto a la conveniencia de utilizar "nuevas cartografías" (Najmanovich, 2009) para comprender eso que ahora conceptualizamos como dentro/fuera y subjetivo/objetivo, como ya lo hacen otros autores (Gendlin, 1984, 1997; Max-Neef, 1998; Najmanovich, 2001).

La relación con Carl Rogers y la lectura *sentipensada* (Damasio, 1994; Galeano,1990; Moreno, 2009; Moreno y Cervantes, 2008; Nevio, 2017; Pichón-Riviére, 1981) de varios de sus textos (1951, 1957, 1959, 1961, 1969, 1975, 1980) han despertado la curiosidad de observar, con detenimiento, mi práctica educativa y psicoterapéutica para identificar patrones similares en ellas (Blanco y Moreno, 1985). También me he sentido invitado a reflexionar sobre dichas observaciones para intentar explicarlas y comprenderlas, utilizando algunos referentes teóricos y filosóficos. Valoro que Rogers haya expuesto sus ideas, teorías y resultados de investigación siempre aludiendo a algunos datos, ya sea de la práctica clínica o de investigación formal, y nos haya recordado que son conocimientos, reflexiones, resultados y teorías *provisionales*, en proceso constante de transformación (Rogers, 1959, 1961). Al mismo tiempo, aprendí con Freire (1972, 1993) la importancia y el valor de la praxis, ese movimiento e interacción continuos entre acción y reflexión. Aunque parten de epistemologías distintas, estos "parecidos" entre Rogers y Freire al buscar una interacción entre práctica y teoría, entre acción, reflexión e investigación, me han sido significativos. Con Freire (1972, 1993), adicionalmente empecé a tomar conciencia del *Mundo*; ese mundo concreto en que vivimos los seres humanos, relacionándonos unos con otros, influidos por condiciones económicas, sociales, políticas y ecológicas que históricamente vamos encontrando y construyendo. Este mundo tan marcado por las desigualdades e injusticias, algunas de ellas estructurales, que me quedaba un tanto diluido en el pensamiento de Rogers. Es desde este contexto ampliado que retomo mis reflexiones y propuestas.

Reflexiones y aprendizajes desde la práctica de la psicoterapia

Empecemos por el caso de Susana. Ella es una profesora de 43 años. Trabaja en una universidad donde realiza actividades académicas y administrativas. Tiene

un puesto de coordinación y le corresponde organizar y evaluar programas escolares que realizan otros maestros. Durante años ha trabajado arduamente para mejorar el departamento a su cargo, tanto en los procedimientos como en los resultados. Al mismo tiempo, ha buscado superarse como docente. Para ello, estudió una maestría que le ayudara a tener una visión más clara de su trabajo educativo y de sus modos de interactuar con los alumnos.

Tiene motivos para sentirse satisfecha y aprecia que ha tenido logros. Se considera a sí misma una persona responsable y valora hacer lo mejor posible su trabajo. Se siente satisfecha de las mejoras que ha logrado en su departamento y ciertamente le gustaría tener reconocimiento de directivos y colegas por el modo como ha trabajado y por los resultados obtenidos.

Actualmente, se encuentra en circunstancias difíciles para ella. Está muy preocupada y desconcertada porque desde hace algunos meses notó que un grupo de colegas realizan actividades que le estorban en el desempeño de sus funciones o le hacen quedar mal ante otros compañeros y ante el rector de la institución. Cuando piensa en esto, se siente triste, desalentada, enojada, desconcertada, y a veces culpable. Empieza a preguntarse qué ha hecho mal, o qué le falta hacer bien, si tiene las competencias necesarias para desempeñar el puesto o si ya es tiempo de retirarse o irse a otra institución. Cuando ella ha comentado esta situación con el rector, no ha encontrado el apoyo que esperaba. Él parece quitarles importancia a las acciones de las compañeras y a ella le dice: "no te preocupes". Así, Susana se siente con incertidumbre y vulnerable, asustada e insegura al reconocer que algunas colegas no sólo no aprecian lo que ella hace, sino que realizan acciones para, en términos coloquiales, "ponerle zancadilla" o "hacer chismes" en su contra; le estorban en la realización de algunas de sus actividades, desconocen su autoridad y hacen programas sin solicitar su autorización, e incluso se quejan de ella con el rector. Susana, por su parte, continúa haciendo bien su trabajo y presenta sus informes como se los solicitan.

Reflexionando sobre lo que hacen sus colegas y sobre el poco respaldo que siente del rector, y sintiéndose un tanto ignorada y vulnerable, Susana se pregunta si está haciendo bien su trabajo, y si será tiempo de dejarlo e irse a otra institución.

En una situación como ésta, podemos ciertamente encontrar que la valoración que la consultante hace de sí misma está un tanto lastimada por varias experiencias de su historia, que tiene una necesidad de reconocimiento muy fuerte, relacionada tal vez con carencias afectivas en la relación con sus padres. Es posible suponer que éstas y otras heridas emocionales entran en juego en su percepción de su situación en la universidad y en lo que ella identifica como alternativas de acción. De hecho, por la forma como se expresa, parece que el foco de su atención está básicamente en sí misma, buscando encontrar ahí la causa de su malestar y las alternativas para resolverlo. Se pregunta qué hace mal, si tiene la capacidad para realizar su trabajo con calidad, si su formación es insuficiente, si es tiempo de dejar ese puesto y buscar otro trabajo. En esto, ella invierte mucho tiempo y energía. Lo que casi no hace es reflexionar sobre las circunstancias de la institución.

Al percatarme de lo anterior, me pregunté si sería importante y pertinente invitarle a ampliar su sentir y su mirada reflexiva para considerar otros aspectos de la situación en los que entran en juego cuestiones como: plazas de trabajo, salarios, ascensos, prestigio y poder dentro de la institución a través y fuera del sindicato, y las condiciones actuales de las instituciones de educación superior en el país, entre otras (Moreno y Casillas, 2015).

Me pregunté también si tendría que esperar a que, en algún momento, se le ocurriera pensar en estos y otros aspectos; tal vez después de haberse salido de esa universidad y encontrarse con problemas similares o peores. ¿Cómo entender eso de que la persona tiene en sí misma las capacidades y recursos para comprenderse bien a sí misma y cambiar lo que necesite en dirección de su bienestar y desarrollo? ¿Será que no es pertinente ni adecuado que un psicoterapeuta centrado en las personas sugiera conversar sobre cuestiones como éstas, aunque sean aspectos importantes de las situaciones existenciales de la consultante y que le causen sufrimiento en su vivir?

Opté por llevar estos asuntos a las sesiones. De a poco. Empezando por una o dos preguntas, y luego siguiendo la conversación desde lo que ella expresara. Algunas de las preguntas que tenía en mente por si eran útiles fueron: ¿Quiénes son estas colegas que te molestan? ¿Qué buscan en la institución y más allá de ella –en el sindicato, por ejemplo-? ¿Cómo se relaciona lo que haces y el lugar que tienes en la universidad con lo que estas colegas quieren? ¿Cómo están agrupados los trabajadores de la institución? ¿Cómo se relaciona el rector con cada uno de los grupos? ¿Qué apoyos necesita el rector para mantenerse en su puesto? Fui haciendo las preguntas en diferentes momentos, buscando invitar sin imponer y esperando a que hiciese lo que quisiera con ellas.

Al principio, Susana pareció sorprendida, incluso extrañada. Parecía preguntar ¿qué tiene eso que ver con lo que a mí me pasa y con lo que siento? Le reflejé que parecía sentirse sorprendida y respondió afirmativamente. Pausamos la conversación para que tuviera

tiempo de *sentipensar* cada una de las preguntas. Seguí expresando mi comprensión de sus expresiones y dichos; y desde ahí, si era pertinente, le hacía una nueva pregunta. De a poco, la expresión de su cara va cambiando. Me parece una mezcla de reflexión, sorpresa, desconcierto e identificación de nuevas comprensiones. "Tal vez no todo dependa de mí. A la mejor no es que yo esté mal o ya no sirva. Puede ser que no me haya dado cuenta de las luchas que hay en la institución por posiciones de poder y privilegios. Y ahí estoy en medio de ello, aunque no lo quiera. A unos les estorbo y a otros les sirvo con la forma de hacer mi trabajo. Entonces, lo valoran según sus conveniencias", dice al final de una sesión. La acompaño en sus reflexiones e intentos de ampliar su comprensión de las circunstancias. Reflejo, resueno, estoy en silencio dejándome sentir su vivenciar y mi vivenciar la interacción entre nosotros.

Ser-Interacción-en-el-Mundo implica atender dicha interacción con un talante de totalidad y movimiento. Es decir, no puedo comprender a mi consultante al margen de sus interacciones con su Mundo. Y ella tampoco puede comprenderse sin atender a su interactuar. Más aún, si lo que busca es cambiar para con-vivir mejor en sus circunstancias, entonces requiere conocer, comprender y a veces explicar esas circunstancias.

A Susana le vendría bien, por ejemplo, comprender las dimensiones económica, jurídica, política, sociocultural y psicosocial que caracterizan su centro de trabajo. Identificar las reglas del juego, las explícitas y las implícitas. Pienso que esa comprensión le ayudaría entender su ubicación como trabajadora en ese contexto e identificar a qué tiene que prestar atención para no incurrir en una causal de reporte administrativo o incluso de despido; o qué puede hacer para que sus colegas y los directivos frenen lo menos posible su desarrollo y mejora laboral en la institución.

Creo que también le serviría informarse sobre las condiciones actuales de empleo en el país y en su ciudad al considerar las alternativas de quedarse o renunciar a su trabajo.

En este contexto, me parece que un proceso psicoterapéutico no sólo pretende propiciar que esta mujer encuentre modos de estar en paz consigo misma y con los que convive sino también que identifique modos de interacción que le permitan estar de la mejor manera posible en ese trabajo, si así lo decide. O bien, tener la fortaleza y la astucia necesarias para encontrar un trabajo con mejores condiciones (Moreno, 2009; Moreno y Casillas, 2015).

Una psicoterapia centrada en la persona ha de considerar esta condición de ser-en-el-mundo como referente básico que oriente las interacciones en el proceso. Ver a la persona primero como *individuo* y luego *en relación*, corre el riesgo de ignorar el conocimiento y transformación del Mundo como un componente indispensable de los cambios buscados en una psicoterapia.

Por lo anterior, me siguen pareciendo pertinentes algunas de las reflexiones de Moreira (2001) en relación con la noción capitalista de persona y la confusión que genera entre persona e individuo. Dice, por ejemplo, que la noción capitalista de persona, "al mismo tiempo que postula la libertad individual, transmite la idea de persona como *ser para el trabajo*, idea que favorece la acumulación del capital. La *persona libre* es la persona que *tiene vocación para el trabajo*" (p. 170). Y luego, refiriéndose en particular a la noción de persona en los escritos de Carl Rogers, comenta: "La noción rogeriana de persona es fruto de una visión dicotómica del mundo. Se exalta la subjetividad, mientras que se le resta importancia, peso y eficacia a la realidad objetiva" (p. 182). Para la terapia centrada en la persona, la meta es desarrollar una persona plena, libre y responsable. Surge entonces una nueva pregunta: ¿A qué libertad y responsabilidad se refiere? Moreira, señala: "Según Rogers, en su teoría se identifica una libertad esencial e intrínseca, que fundamenta la idea de persona como subjetividad libre, con importantes consecuencias políticas" (p. 183). Parece que Rogers habla de una libertad individual a la manera como la entiende el neoliberalismo.

La cuestión es ¿qué libertad y responsabilidad promueve el actual sistema económico capitalista? Smith (Max-Neef & Smith, 2011) señala que "podríamos mirar con ojos inocentes cómo funciona el mundo y decir que corresponde a nuestras sociedades decidir qué es lo que quieren. ¿Queremos la exclusión de los débiles, de los que son diferentes, o queremos la inclusión de todos nosotros en la comunidad? Vox Populi debe decidir. Pero eso sería ingenuo. Desafor-

tunadamente en esta etapa de la historia semejante decisión ha sido acaparada por los poderosos" (p. 56). Parece entonces que, a este nivel, no todos tenemos libertad para decidir. En un contexto de alto desempleo y bajos salarios ¿cuál es la libertad que cada persona tiene para escoger su trabajo? Y entonces, si bien es cierto que, como lo señalara Frankl (1950), "siempre" nos queda la libertad de actitud frente a circunstancias adversas, hay que cuidar no justificarlas que "al fin y al cabo podemos sobrevivir".

¿Cuál es la libertad que Susana tiene, me pregunto, para dejar su trabajo y buscar otro, cuando las probabilidades de una mejor alternativa son muy bajas?

Así como Susana, en psicoterapia he encontrado muchas otras personas viviendo en situaciones que han desafiado mi modo de entender y asumir el trabajo de psicoterapeuta, y que me han llevado a repensar los modos de entender la *tendencia actualizante* y la *sabiduría organísmica* en relación con una comprensión *sentipensada del mundo*.

La sabiduría corporal y la comprensión del Mundo

> "He enfatizado la idea de que el hombre es más sabio que su intelecto, y que las personas que funcionan bien llegan a confiar en su experienciar como una guía apropiada para su comportamiento."
>
> (Rogers, 1977, p, 246)

> "Los blancos deben estar locos: creen que se piensa con la cabeza."
>
> Anónimo Indígena Sudamericano. (Citado por Najmanovich, 2001)

Me ha llevado tiempo entender que la sabiduría organísmica tiene que ver tanto, con formas de *procesar* la información en un momento dado de mi vivir, como con los *contenidos* de dicha información. En cuanto proceso, se trata de un modo global, complejo, intuitivo, no verbal, al menos en parte no-consciente, de orientar mis interacciones en el mundo. En los contenidos, dicha sabiduría se nutre de lo vivido y aprendido a lo largo de la vida. Por lo tanto, es una guía más confiable en aquellas circunstancias y contextos en los que una persona tiene vivencias y conocimientos experienciales que en los que no. Adicionalmente, hay que recordar que confiar en el experienciar también es algo aprendido en las interacciones con la cultura y el ambiente, y no sólo una característica innata/biológica. Rogers mismo (1977) cree "que los individuos están culturalmente condicionados, que son recompensados y reforzados por conductas que son, de hecho, perversiones de las direcciones naturales de la tendencia actualizante unificada" (p. 247). Y por ello, pueden moverse organísmicamente en una dirección y se esfuerzan por ir en otra en sus vidas conscientes. Agrego considerar que un ser humano no es un fenómeno natural, -si por ello entendemos un ser sin cultura, sociedad, economía, política, religión y medio ambiente-, y por lo mismo, es necesario examinar también las condiciones socioculturales, económicas, políticas, religiosas y ecológicas, en tanto promuevan o no un adecuado reconocimiento del experienciar como fuente de valoración y orientación del diario vivir. Es decir, hay que ubicar a la sabiduría organísmica como un fenómeno interaccional e históricamente situado.

Antes de dar ejemplos, recuerdo lo que Najmanovich (2001) ha señalado en relación con estos temas. Ella dice:

> "Lo que llamamos experiencia humana es algo que nos ocurre y que discurre en el ámbito social, que narramos a otros y a nosotros mismos en un lenguaje, algo que nos sucede en el espacio-tiempo en que nos toca vivir y que cobra significado y valor únicamente en función de nuestra historia sociocultural. El cuerpo es nuestra sede de afectación y el territorio desde el cual actuamos. No es solamente un cuerpo físico, ni meramente una máquina fisiológica, es un organismo vivo capaz de dar sentido a la experiencia de sí mismo." (p. s/n)

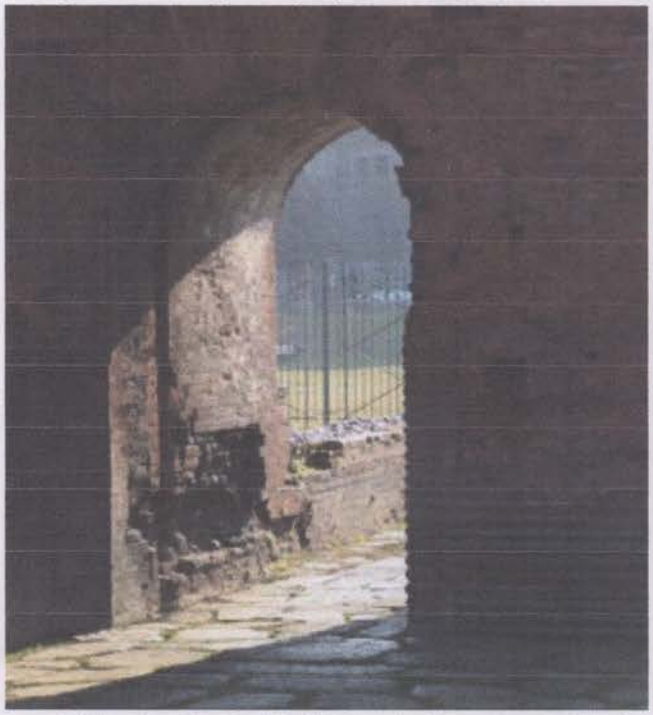
Gendlin por su parte afirma: "En el ser humano, el animal complejo que es, está también hecho por las formas sociales, siempre. Pero a medida que el organismo vive estas formas puede también rechazarlas y hacerlas diferentes." (p. 154). Las personas, al mismo tiempo que somos configuradas por las formas socioculturales, podemos también modificarlas en algún grado, según nuestras condiciones de vida y si lo hacemos con otros.

En ambos autores identificamos el reconocimiento de la *interacción* como una característica fundamental del vivir humano.

Algunos ejemplos

Ahora un ejemplo de esta cualidad interaccional de la sabiduría organísmica relacionada con la comprensión del mundo. Si me pierdo en las montañas de Chiapas, -una región y un medio ambiente desconocidos para mí- será mucho más difícil orientarme que si me pierdo en la ciudad de México. De la misma forma, cuento con más recursos para orientar una interacción y una conversación con personas de una ciudad que con

personas de una pequeña población indígena en la sierra. Siempre he vivido en una ciudad, mediana o grande. En ambas situaciones haré lo mejor que pueda; aprovecharé los recursos de mi sabiduría corporal. Sin embargo, se notarán las diferencias en mis interacciones, mismas que estarán relacionadas con mis experiencias. Mi sabiduría corporal será más pobre e indiferenciada ahí donde tengo menos conocimientos. Y sin suficientes comprensiones válidas, encarnadas, sobre la organización y el funcionamiento social, cultural, económico, político, ecológico y religioso del Mundo en el que vivo –en sus diferentes dimensiones: familiar, local, nacional, continental y mundial- mi vivir puede ser mucho más difícil, errático y doloroso. Esto lo encontramos también en algunos casos en psicoterapia, así que veamos algunos ejemplos en ese ámbito.



Rubén de 40 años, habitante de la región purhembe del lago de Zirahuén, en México, llega a consulta porque sufre, se siente ansioso, malhumorado y con dificultades para dormir. Se siente culpable de no ser paciente con su esposa e hijas y de estar siempre preocupado. Vive en una población muy pequeña por lo que tiene que desplazarse a otros lugares para vender sus artesanías. Unos días elabora los productos y otros, sale a venderlos. Ir a vender, conlleva gastos de transporte y la incertidumbre de cuánto logrará ganar. A veces, sólo obtiene lo del pasaje, y con frecuencia los ingresos no le alcanzan ni para los alimentos más básicos. Actualmente, compra unas pastillas para la ansiedad, que le recetó un médico. Esto significa un gasto adicional, enorme, dados sus ingresos. Me contó parte de su vida; una historia llena de carencias afectivas y económicas, de tristezas y tenacidad, sobreviviendo en los bosques donde corta la madera para hacer sus artesanías.

Ciertamente, creo que algunas de las vivencias de su infancia, en la relación con sus padres y familiares, son explicaciones parciales de su estado de ánimo y de sus modos de interacción. Igual que otras experiencias que probablemente tuvieron un efecto traumático en él, como la vez que lo hirieron con un cuchillo para robarle. Sin embargo, al ampliar el horizonte de comprensión, de entre los múltiples aspectos de su vivir resalto los relacionados con su trabajo y la venta de sus artesanías. Me pregunto: ¿Cómo es para este señor vivir en constante incertidumbre de no saber cuánto venderá y cuánto dinero obtendrá para costear los gastos de comida, casa, transporte y salud? ¿Cómo será para él ir a la ciudad a ofrecer sus bateas -esos platos decorados de madera de usos múltiples- y negociar con cada cliente potencial –la mayoría de ellos "mestizos" siendo él indígena- el mejor precio posible, que nunca parece acercarse a un precio *justo* por su trabajo y costos de producción? ¿Cómo atender su sentirse avergonzado por no ganar lo suficiente para darle a su familia mejores alimentos y condiciones de vida? ¿Cómo comprender su sentirse incapaz y culpable de sus carencias, al mismo tiempo que temeroso e inseguro en relación con sus acciones en la ciudad? ¿Cómo atender estos aspectos de su vivir en una psicoterapia?

Recientemente encontré un texto de Gendlin (1984) que alimentó mis reflexiones. Él dice: "La gente de los llamados grupos minoritarios gana mucha fuerza al descubrir que tales dificultades subjetivas no son por sus características personales, sino que son generadas sistemáticamente por las estructuras sociales que las imponen. Al reconocer esto, un individuo se hace más fuerte." (p. 155). No puedo sino sonreír cuando leo la expresión "los llamados grupos minoritarios" (en los Estados Unidos de América). En México y en muchos otros países estos grupos son *mayoría*. Es un panorama muy diferente. También encuentro desafiante reconocer que, en casos como el de Rubén, las dificultades vividas no son sólo particulares, (que no individuales), sino también de la estructura social. Podemos trabajar reconociendo su tendencia actualizante y su sabiduría organísmica, aprovechando todas sus experiencias, conocimientos y comprensiones del mundo. Al mismo tiempo, hay que incluir una ampliación del horizonte vital para identificar condicionamientos, restricciones y posibilidades provenientes de la estructura socioeconómica, y de las condiciones culturales y políticas en las que vive y vivimos. ¿Cómo hacerlo?... Necesitamos generar nuevas respuestas.

Por lo pronto, integro como contenidos del diálogo en la psicoterapia las acciones que realiza para vender sus productos y del modo como compra sus medicamentos. En el primer caso, buscamos alternativas para mejorar sus ingresos. En el segundo, conversamos sobre cómo los puede conseguir más baratos, y sobre actividades que puede realizar para estar tranquilo, sin la medicina; por ejemplo, prestando atención a su respiración y a sus sensaciones.

El ejemplo de Esther

Esther, de 35 años, tiene dos hijos y una muy mala relación con su esposo. Él la golpea y no le da dinero suficiente para mantener a sus hijos. Legalmente, esas son conductas punibles. Esther ha pedido el divorcio, y él le

ha dicho que no se lo dará, y además la ha amenazado con quitarle a sus hijos e impedir que los vea, si ella se va. Se siente muy asustada y angustiada, no duerme bien, se enoja con facilidad y regaña mucho a sus hijos. "Quisiera tenerles más paciencia, pero no puedo", dice. "Lo mejor sería que me diera el divorcio y vivir cada uno por su lado. Temo irme por sus amenazas. No quiero que me quite a mis hijos". Me pregunto cuál es y será el impacto y las consecuencias para esos niños de vivir en ese ambiente familiar, donde difícilmente se sentirán queridos, respetados, comprendidos, cuidados. Me pregunto también qué alternativas tiene esta mujer para enfrentar la situación y cuáles identifica ella. Me queda claro que se siente desprotegida e indefensa, temerosa e insegura, acorralada y sin opciones.

En una psicoterapia toca atender los sentires de la consultante y sus modos de relación con otras personas, y también buscar que en el proceso ella se sienta mejor, con confianza en sí misma, con la claridad suficiente para generar alternativas que le permitan salir de esa situación de sufrimiento. Esther se siente triste, desesperada, frustrada, asustada, vulnerable. Su familia nuclear no la apoya. Su madre le dice: "es tu cruz, tienes que vivirla". Y aunque ella se rebela, se siente al mismo tiempo desprotegida. Le angustia pensar en perder a sus hijos, y se siente incapaz de defenderse, atrapada, sin salida. Me pregunto: en la psicoterapia, además de atender a cómo se siente Esther ¿hay que atender también a las circunstancias en las que vive para buscar comprenderlas e identificar ahí posibles apoyos y alternativas? ¿Es pertinente hablar de las condiciones legales que pueden protegerla -o no- en relación con su esposo, el divorcio y la amenaza de quitarle a los hijos? ¿Le conviene hacer una consulta legal para conocer los detalles del caso? ¿Es necesario comentar sobre alternativas a su alcance en caso de que tuviera que salirse de donde vive, por ejemplo, identificar una casa segura en donde atiendan a mujeres violentadas?

Vienen insistentemente las palabras de Ortega y Gasset (1914/2004): "Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo." (p. 757). Me recuerdan que no puedo comprenderme aislado de mis circunstancias, que están constituidas por otros seres humanos y un entorno ecológico, económico, político, cultural y religioso. Entonces, atiendo a la motivación de Esther que viene desde la tendencia actualizante, y a su búsqueda ambivalente por sentirse y estar en una situación mejor con sus hijos. Atiendo a lo que quiere hacer, reconociendo los distintos aspectos y contradicciones que encuentra en esa búsqueda. Y, además, pienso que es importante que encuentre algún grupo de apoyo, ya que en su familia no la quieren, y le insisten que debe aguantar su situación. Con ello, promueven que la consultante dude y se sienta culpable de querer cambiar. Pienso entonces que le será útil ampliar su comprensión del mundo en el que vive. Por esa vía podrá identificar otras alternativas.

Como dice Gendlin (1984): "Los humanos son seres sociales. Por lo tanto, es difícil para una persona sola tener una completa convicción de que el mensaje de la sociedad está equivocado. Necesitas de otras personas... Claro, puedes saber que un patrón social está equivocado... Pero este saber, solo, podría no generar una certeza corporalmente sentida." (p. 155). Para ello, hace falta, entre otras acciones, reconocerse como perteneciente a un grupo políticamente oprimido (Gendlin, 1984). Mientras Esther se mantenga en la cosmovisión de su familia, le será casi imposible actuar para modificar las circunstancias. Necesita de una comprensión diferente, más amplia, del mundo sociocultural en el que vive, para identificar y generar nuevas alternativas.

La situación de Rita

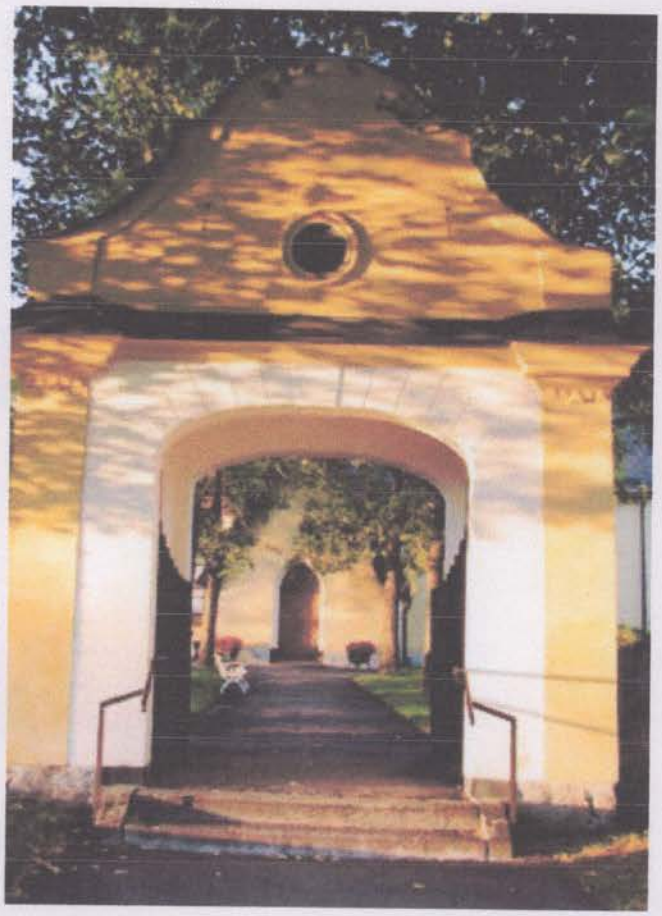
Rita tiene 27 años. Hace tres que terminó la universidad y ha estado trabajando como arquitecta. Vino a consulta porque se sentía sin ninguna ilusión, con dificultad para establecer relaciones cercanas y duraderas con otras personas, sin amigos, y disfrutando poco de su trabajo. Vive con sus padres y se siente tratada como una jovencita de 15 años. Se enoja y al mismo tiempo se pregunta qué hace ahí viviendo con ellos. En muchas partes de México, en ciertos grupos sociales, esta es una condición frecuente, la de los hijos viviendo en casa de los padres mientras no se casan. Se rebelan por las normas que les ponen y al mismo tiempo esperan los beneficios de contar con un lugar donde vivir, comer y contar con algunos apoyos adicionales, si es posible.

En este contexto a Rita no le resulta extraño, aunque sí incómodo, vivir con sus papás. Por otro lado, como profesionista, tiene a su cargo la construcción de algunas casas, en la empresa donde trabaja. Le toca contratar, coordinar y supervisar a trabajadores de la construcción. En una de sus sesiones, Rita expresa su insatisfacción y preocupación por el salario de los trabajadores, sobre todo los de más bajo rango. Le parece insuficiente e injusto. Se pregunta si puede hacer algo al respecto y después de algunas reflexiones llega a la conclusión de que no. Ella no asigna los salarios. Lo hace la empresa. Y les pagan lo mismo que a la mayoría de los trabajadores de la construcción, en la zona donde viven. A veces ella se siente triste y hasta un tanto culpable por estas condiciones laborales. Pero ¿qué puede hacer? ... Adicionalmente, se queja de su propio salario. Comenta que le pagan menos que a sus compañeros hombres, haciendo el mismo trabajo. También eso le parece injusto. Ha protestado con sus jefes, pero no

ha conseguido el aumento. Meses más tarde, Rita deja la empresa, se asocia con un colega e inicia su propio negocio. Empieza por hacer reparaciones y modificaciones en algunos edificios y luego empieza a construir una o dos casas. Aparece de nuevo la cuestión de los salarios. Vuelve a preguntarse si podría pagarles más a los albañiles. Analiza la situación económica y llega a la conclusión de que no. No entiende muy bien qué pasa y se siente frustrada y desalentada. Quizás haya que entender cómo funciona este sistema económico en relación con los salarios, pensé. Ello podría darnos pistas para saber qué cambios dependen de nosotros y cuáles no; y en todo caso, aclarar cómo proceder con los que sí podemos impulsar.

Gendlin (1984) comenta:

> "Hoy muchos millones de personas han perdido sus trabajos. Muchos de ellos están desesperanzados y avergonzados. Se culpan a sí mismos, aunque no tienen nada que decir respecto a cómo se lleva la economía. Son notables los ataques del super-yo que ocurren de esta manera. Todos trabajamos en las formas de trabajar que nos han dado y no controlamos las condiciones" (pp. 153-154).



Un testimonio concreto de esta situación, a la que se refiere Gendlin, puede verse en la película de Moore (2009). Y nos recuerda que esta situación sigue vigente.

Adicionalmente, como mencioné antes, su señalamiento sobre la dificultad de enfrentar individualmente los mensajes y consignas avalados por la sociedad y la cultura dominantes refiere que necesitamos de otras personas; que hay que hacerlo colectivamente. Por ello, me parece pertinente incluir en alguna sesión la reflexión sobre este aspecto del funcionamiento de la economía y de la sociedad; y para ello, también yo, como terapeuta, necesito aprender y reflexionar sobre el tema.

La riqueza y complejidad de la sabiduría organísmica

En mi búsqueda, encuentro a Max-Neef y a Smith (2011). Ellos señalan que, para empezar, "solo podemos intentar comprender aquello que se ha convertido en parte nuestra; que la comprensión es resultado de la integración, mientras que el conocimiento ha sido resultado de la separación" (p. 21). Esto da algunas pistas sobre alternativas para acercarnos a la *comprensión* y al *conocimiento* del mundo, diferenciándolos. Y más adelante señalan que: "la economía cumple una función en la sociedad que es paralela, y complementaria, a la de la ley: la de baluarte de una estructura de clases" (p. 25). Identifico direcciones para seguir trabajando.

Así, desde estas vivencias, observaciones y reflexiones, más algunos diálogos con colegas y textos de diferentes autores, pienso que: *La sabiduría organísmica requiere que yo comprenda experiencialmente a otras personas y al Mundo para que pueda expresar "toda" su riqueza y complejidad*. Es decir, necesita que construya y me apropie de conocimientos encarnados, que me permitan *comprender* y explicar fenómenos y situaciones con y en los que vivo, en las diversas circunstancias y contextos de mi con-vivir. Y por supuesto, también hay que revisar, desde un horizonte ético del Buen Con-Vivir, cuáles son las comprensiones y los conocimientos de los que me apropio y utilizo (Boff, 2002; Freire, 1993; Max-Neef & Smith, 2011).

Pienso que los grandes y graves problemas que vivimos hoy como humanidad y como personas concretas, en diferentes países del mundo, son una señal de que los modos de interacción entre unos y otros, y los modos de organización social, económica, política y religiosa no han sido adecuados para impulsar –en términos globales y de mayoría de la población- condiciones favorables para un desarrollo sustentable y sostenible, justo y equitativo, y para generar condiciones socioeconómicas y políticas que hagan posible a las personas con-vivir en condiciones dignas, con salarios suficientes y justos, con acceso a los servicios de salud y de aprendizaje, con trabajos que reconozcan sus aportaciones a la generación de productos, servicios y riqueza que benefician a otras personas.

Al reflexionar sobre estos ejemplos, y otros de la práctica profesional, me resulta clara la necesidad de reconocer *la comprensión del Mundo* en que vivimos como un ingrediente fundamental en el buen funcionamiento de la sabiduría organísmica. Al mismo tiempo, para quienes trabajamos como psicoterapeutas, surgen preguntas importantes en relación con este panorama: ¿Cómo contribuimos con nuestro trabajo

al mantenimiento o al cambio de la estructura social? ¿Qué aportamos a los procesos de concientización de las personas o cómo contribuimos a su domesticación (Freire, 1972)? ¿Cómo impulsamos nuestra propia concientización y cómo somos también enajenados por las prácticas sociales dominantes? Pensar colectivamente las teorías desde las nuevas situaciones sociohistóricas que vivimos es una de tantas tareas a realizar.

En este artículo he reflexionado en diálogo con colegas y autores diversos, así como con aquellos consultantes a los que he acompañado en psicoterapia o consultoría. Ciertamente, el círculo de mi diálogo es mucho más amplio de lo que puede pensarse por las referencias citadas. He dado sólo algunos ejemplos. Por lo demás, uno de mis propósitos al escribir este texto es invitar al diálogo a quienes encuentren en él direcciones que resuenen significativamente con su con-vivir y su trabajar como psicoterapeutas.

En breve

La tendencia actualizante sigue siendo un referente central, desde una perspectiva centrada-en-la-persona, para comprender la energía y la dirección en que nos movemos los seres humanos en nuestras interacciones cotidianas. Esta tendencia, sin embargo, no es sólo biológica. Es interaccional, y por ello podemos identificar al menos dos facetas: la *direccional* y la *interaccional*. Esta diferenciación no implica una disociación. Lo humano biológico es inseparable de lo social, cultural, económico, político, religioso y medioambiental. Necesitamos nuevas cartografías para hablar, pensar y actuar estas dimensiones.

Reconozco el valor de la sabiduría organísmica como la llama Rogers (1959, 1977, 1980) o corporal como la denomina Gendlin (1962, 1984, 2007), que apunta al reconocimiento de un modo peculiar de procesar toda la información que recibimos momento a momento, tomando en cuenta las experiencias de nuestra historia personal. Esta sabiduría constituye también un proceso de valoración desde el que podemos orientar con confianza nuestras interacciones diarias. Al mismo tiempo, resalto la necesidad de ampliar y enriquecer nuestra comprensión y conocimiento del mundo en que vivimos, con la complejidad de sus diversos aspectos interrelacionados, en movimiento.

Finalmente, refiero la comprensión del mundo en que vivimos como un proceso también necesario e indispensable. Esta comprensión implica una diversidad de modos de conocer, todos ellos conectados desde la dimensión experiencial. Aquí, retomo el aspecto de la *significatividad* de la que habla Rogers (1961) respecto al aprendizaje, en el sentido de buscar conocimientos encarnados, que sintamos valiosos, y que nos ayuden a vivir mejor. Adicionalmente, recuerdo atender a las dimensiones ética y social, necesarias para discernir cuáles de nuestras comprensiones aportan a la construcción de un Mundo Humano con justicia y equidad para todos (Blanco y Moreno, 1985; Freire, 1972, 1993; Max-Neef, 1998; Max-Neef y Smith, 2011; Moreno, 1983).

Termino citando una parte del poema *Piedra de Sol* de Octavio Paz (1957):

> "...nunca la vida es nuestra, es de los otros, / la vida no es de nadie, todos somos / la vida —pan de sol para los otros, / los otros todos que nosotros somos—, / soy otro cuando soy, los actos míos / son más míos si son también de todos, / para que pueda ser he de ser otro, / salir de mí, buscarme entre los otros, / los otros que no son si yo no existo, / los otros que me dan plena existencia, /no soy, no hay yo, siempre somos nosotros..." (s/p).

Y finalizo diciendo, inspirado en Octavio Paz (1957), que:

> "Todos somos Vida/ nos hacemos los unos con los otros/ compartiendo el pan y el aire que respiramos/ contaminando el agua y arrasando las selvas/ siendo solidarios y extendiendo la mano/ recibiendo al que es como nosotros y expulsando al diferente/nos hacemos unos con otros/ en nuestras acciones y omisiones cotidianas/ los otros y yo/ no existimos los unos sin los otros/ aunque a veces sintamos que estamos solos en medio de mucha gente."

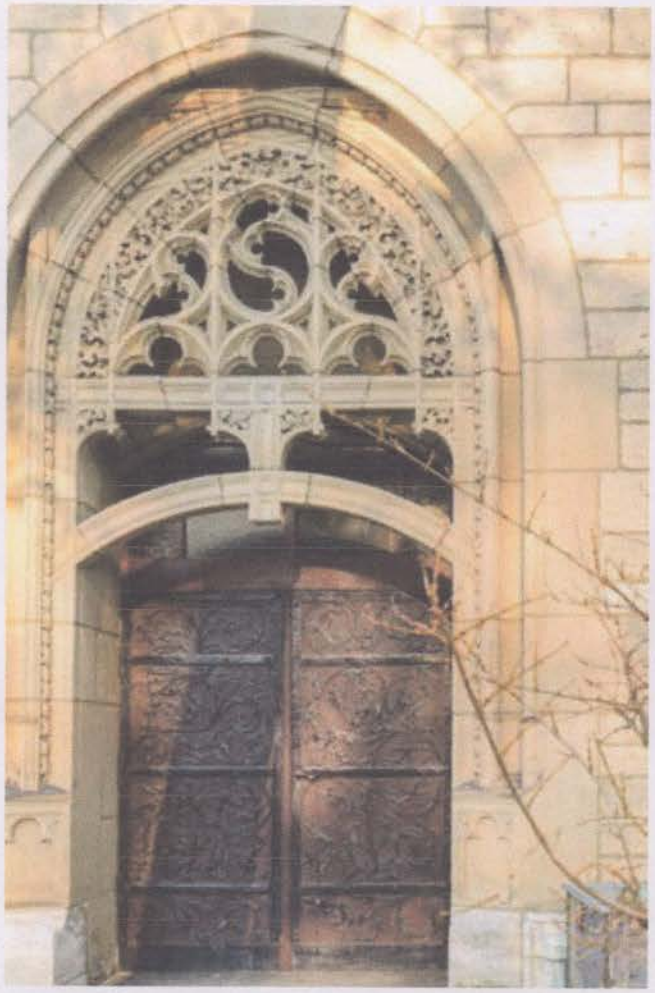
Referencias

Blanco, R. y Moreno, S. (1985). Grupo terapéutico o educativo. *Revista DIDAC*, No. 6, 2-7.

Boff, L. (2002). *El cuidado esencial. Ética de lo humano, compasión por la tierra*. Madrid, España: Trotta.

Boff, L. (2009). ¿Vivir mejor o el buen vivir? América Latina en movimiento. Recuperado el 12 de octubre de 2012 de, http://www.alainet.org/es/active/29839

Damasio, A. (1994). *Descartes' Error. Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York, United States of America: Avon Books.



Frankl, V. (1950). *Psicoanálisis y existencialismo*. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica.

Freire, P. (1972). *Pedagogía del Oprimido*. Buenos Aires, Argentina: Siglo XXI Argentina Editores.

Freire, P. (1993). *Pedagogía de la esperanza*. Ciudad de México, México: Siglo Veintiuno Editores, S.A. de C.V.

Galeano, E. (1990). *El libro de los abrazos (3ª ed.)*. Ciudad de México, México: Siglo Veintiuno Editores, S.A. de C.V.

Gendlin, E. T. (1984). The political critique of "awareness." *The Focusing Folio*, 3(4), 139-157. Retrieved August 6, 2015, from, http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol_2133.html

Gendlin, E. T. (1997). *A Process Model*. New York, United States of America: The Focusing Institute.

Gendlin, E. T. (2007). New Patterns of relating to the new town. *The Focusing Folio*, 20(1), 165-171.

Max-Neef, M. (1998). *Desarrollo a escala humana (2ª ed.)*. Montevideo, Uruguay: Nordan-Comunidad.

Max-Neef, M. & Smith, P. (2011). *La economía desenmascarada. Del poder y la codicia a la compasión y el bien común*. Barcelona, España: Icaria.

Moore, M. (director). (2009). *Capitalism: A love story*. United States of America: Dog Eat Dog Films.

Moreira, V. (2001). *Más allá de la persona. Hacia una psicoterapia fenomenológica mundana*. Santiago, Chile: Universidad de Santiago.

Moreno, S. (1982). Algunas interrogantes y problemas con relación al enfoque centrado en la persona en educación, *Boletín DIDAC*, Serie negra, No. 14, 160-166.

Moreno, S. (1983). *La educación centrada en la persona (2ª Ed.)*. Ciudad de México, México: El Manual Moderno.

Moreno, S. (2009). *Descubriendo mi sabiduría corporal. Focusing*. Guadalajara, México: Focusing México.

Moreno, S. (2015). *Entrevista al Dr. Salvador Moreno López*. 22 Simposium de Educación, ITESO, Guadalajara, México. Recuperado el 1 de junio del 2015, de, https://www.youtube.com/watch?v=T7XfNqnfqHM

Moreno, S. y Casillas E. (2013). La dimensión experiencial del psicoterapeuta: implicaciones para la formación y para el ejercicio de la psicoterapia En T. Zohn, E. Gómez y R. Enríquez (Coords.), *Psicoterapia y Problemas Actuales (pp. 311-330)*. Guadalajara, México: ITESO/UIA/UDG.

Moreno, S. y Casillas E. (2015). Psicoterapia y bienestar en la vida cotidiana. En T. Zohn, E. Gómez y R. Enríquez (Coords.), *La Psicoterapia frente al bienestar y el malestar (pp. 167-199)*. Guadalajara, México: ITESO/UDG.

Moreno, S. y Cervantes, S. (2008). La formación de psicólogos a través de proyectos. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 63(22,3), 101-125.

Najmanovich, D. (2001). Del cuerpo máquina al cuerpo entramado. *Campo Grupal*, No. 30, s/p.

Najmanovich, D. (2009). El cuerpo del conocimiento, el conocimiento del cuerpo. *Cuadernos de campo*, No. 7, 6-13.

Nevio, A. (2017). *Sentipensar. El sendero desconocido de la ceguera*. Buenos Aires, Argentina: Milena Cacerola.

Ortega y Gasset, J. (1914/2004). *Obras completas. Vol. 1*. Madrid, España: Taurus/Fundación José Ortega y Gasset.

Paz, O. (1957). Piedra del Sol. Publicado en *Libertad bajo palabra*. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica. Bajado de internet: http://homozapping.com.mx/wp-content/uploads/2014/03/piedra_de_sol.pdf

Pichón-Riviére, E. (1981). *El proceso grupal*. Buenos Aires, Argentina: Nueva Visión.

Rogers, C. R. (1951/1965). *Client-Centered Therapy*. Boston, United States of America: Houghton Mifflin Company.

Rogers, C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science. Vol. III. Formulations of the person and the social context (pp. 184-256)*. New York, United States of America: McGraw-Hill.

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Boston, United States of America: Houghton Mifflin Company.

Rogers, C. R. (1969). *Freedom to Learn*. Columbus, United States of America: Charles E. Merrill Publishing Co.

Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist*, 5, 2-10. Rogers, C. R. (1977). *Carl Rogers, on personal power*. New York, United States of America: Delacorte Press.

Rogers, C. R. (1980). *A Way of Being*. Boston, United States of America: Houghton Mifflin Company.