

EL DESENCANTO MODERNO DE LA PSICOTERAPIA. RENDIMIENTOS HEIDEGGERIANOS PARA UNA NUEVA FUNDAMENTACIÓN

THE MODERN BREAKDOWN OF PSYCHOTHERAPY. YIELDS OF HEIDEGGERIAN ONTOLOGY FOR A NEW FOUNDATION

Julián Gómez Peñalver

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1202-3205>

Psiquiatra. Centro de Salud Mental Chamartín. Madrid, España

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Gómez Peñalver, J. (2022). El desencanto moderno de la psicoterapia. Rendimientos heideggerianos para una nueva fundamentación. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 223-237. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1042>

Resumen

La psicoterapia, como producto moderno, se ve a sí misma como un conjunto de técnicas empíricamente válidas destinadas a aliviar un síntoma o malestar. Esta fundamentación tiene en su base la disponibilidad técnico-teórica del mundo, así como del individuo y sus desajustes, pero no da cuenta de la paradoja de la equivalencia, donde diferentes modelos teóricos obtienen resultados similares de eficacia. La fundamentación de la terapia bajo la tradición del cuidado de sí, mediante los rendimientos de la ontología existencial de Martin Heidegger, puede ofrecer una salida a la paradoja de la equivalencia donde el protagonista del cambio no es el presupuesto teórico desde el que se parta, sino el movimiento mismo de una subjetividad inmersa en el mundo que, de manera mediada y bajo una ventana teórica, deja propiciar la aparición de dimensiones de sentido no atendidas previamente.

Palabras clave: psicoterapia, modernidad, subjetividad, Heidegger, cuidado

Abstract

Psychotherapy, as a modern outcome, sees itself as a set of empirically valid techniques aimed at alleviating a symptom or suffering. This foundation is based on the technical-theoretical availability of the world, as well as of the subject and his disarrangements, but does not take over of the paradox of equivalence, where different theoretical models obtain similar efficacy results. The foundation of therapy under the tradition of self-care, through the yields of Martin Heidegger's existential ontology, can offer a way out of the paradox of equivalence where the main character of change is not the theoretical presupposition from which it starts, but the movement of a subjectivity immersed in the world that, in a mediated way and under a theoretical pattern, allows the appearance of dimensions of meaning not previously attended to.

Keywords: psychotherapy, modernity, subjectivity, Heidegger, self-care



En la primera ocasión que Medard Boss tuvo en sus manos una edición de *Ser y tiempo*, lo dejó a medio terminar. Había sido arrancado de su trabajo civil como profesor asociado y psicoterapeuta y desplazado como médico de batallón a una tropa de la armada suiza en plena Segunda Guerra Mundial, compuesta por población campesina fuerte y acostumbrada al trabajo. Contando con al menos otros tres médicos asistentes, estuvo largo tiempo del servicio militar casi desempleado y ocioso para la lectura. No se quedó en paz y varias veces recogió ese libro y lo estudió de nuevo. Allí aparecían preguntas con las cuales no se había topado en su educación orientada a las ciencias naturales (Boss, 2013). La guerra terminó y las preguntas dieron lugar a pesquisas, las pesquisas a cartas y los diálogos a visitas mutuas con Martin Heidegger en su cabaña en Todtnauberg y en la casa de Boss en Zollikon. En dichos encuentros, que finalmente fueron protocolizados y en los que participaron médicos y estudiantes, conceptos como ser-en-el-mundo o aquella expresión del cuidado comenzaron a hacerse familiares en el círculo de Zollikon, testimonio de uno más de los acercamientos entre filosofía y medicina.

La pregunta por el sentido del ser ofreció a Boss los fundamentos de su psicoterapia analítico existencial (Boss, 1983), la tematización del ser humano ontológicamente entendido como *Dasein* constituyó una fenomenología heideggeriana aplicada también en la obra de Binswanger. Si éstos se apropiaron de la ontología hermenéutica del *Dasein* para interpretar la psicoterapia, Heidegger vio la posibilidad de acercar el método fenomenológico a los médicos formados a partir de las ciencias naturales. La inclinación heideggeriana hacia las relaciones entre la psicoterapia y la ontología existencial no se limitó, por parte del filósofo, a un asunto meramente académico; las propias crisis personales del filósofo alemán pudieron tener que ver con esta predilección. Martin Heidegger pasó tres meses en un sanatorio en Badenweiler (1946) donde estuvo bajo los cuidados de Von Gebattel, con quien presumiblemente discutió los fundamentos filosóficos de la psicoterapia en su acompañamiento terapéutico (Mitchell, 2016).

Ser y tiempo sigue siendo en la actualidad una obra que nos invita a reflexionar sobre el modo de ser propio del hombre y las condiciones del comprender. Y sigue desterrando y delimitando algunas de las insuficiencias y pretensiones de la ciencia moderna y la tendencia reduccionista de la técnica que rige también la especialidad psiquiátrica, pues la vida se halla sometida a un constante proceso de realización y su captación en unos parámetros científicos de evidencia absoluta resulta cuanto menos en un incesante fracaso. Por debajo de la *tekhné* siempre desborda la vida. Y con la concepción actual de la psicoterapia como conjunto de técnicas empíricamente validadas nos tropezamos con el mismo problema.

Los caminos a los que llegaron Boss y Binswanger, las insuficiencias de su método psicoterapéutico y las críticas de Heidegger al uso de su ontología, no serán discutidas aquí¹. Pero la exigencia en la ciencia de un pensar que no se quede en la explicación de comportamientos deterministas de un sujeto cerrado enfrentado a objetos, la crítica radical a una subjetividad moderna que ya no pregunta por el quién

ni por el cómo, son algunos de los rendimientos vigentes que Ser y tiempo ofrece al estudio de los fundamentos de la psicoterapia. Comenzando con una lectura en clave práctica de la obra heideggeriana, extraeremos de su analítica existencial el concepto de *sorge* (cuidado). Se abordarán algunos rendimientos de la lectura de *Ser y tiempo* (Heidegger, 2016) en el campo de la ética y de la psicoterapia para finalmente, y a través de la inclusión de la psicoterapia en la tradición del cuidado de sí, ofrecer una fundamentación alternativa de la misma que respete el movimiento de subjetivación en su autocomprensión.

Heidegger y la Aprehensión de la Vida Fáctica

La obra de Heidegger en su juventud va haciéndose cargo de una misión: la articulación filosófica de una ciencia originaria de la vida, que sea capaz de captar el flujo de su discurrir y que no se agote en determinaciones objetuales ni en presupuestos previos que reduzcan su propio movimiento. En su tesis doctoral sobre Duns Scoto se comienza a atisbar una focalización de su interés no ya en el sujeto trascendental sino en los contextos prácticos de acción en los que se desenvuelve la vida humana. Heidegger se instala en la búsqueda de un horizonte de sentido previo en la que descansa toda conceptualización del mundo o investigación científica. Y para ello concentra sus esfuerzos en el abordaje de la vida fáctica. Y esa vida fáctica le lleva al Dasein, aquel único ente que de alguna manera ya comprende el sentido del ser y para el que definirá sus estructuras constitutivas en su magna obra *Ser y tiempo*, cuya introducción articula la pregunta fundamental por el sentido del ser.

Heidegger hace el reclamo de una filosofía que acuda al vivenciar de la existencia humana, no reducida por la objetivación de la conciencia representativa ni a merced de una teoría del conocimiento ahistórica. El alemán concibe la fenomenología como el saber de ese estrato originario de sentidos y significados que inmediatamente comprendo y con los que estoy constantemente operando. Establece una mutua apropiación entre lo vivido y el yo que lo vive, y somete la intencionalidad al ritmo de la vivencia, superándola como dominio o región psíquica (Rodríguez, 1997), siendo correlación inseparable entre la vivencia y el objeto, copertenencia entre yo y mundo. La fenomenología como ciencia originaria para Heidegger, habiendo abandonado la posición básica de las *Investigaciones Lógicas* de su maestro (Husserl, 2006), piensa la vida exponiéndose a sí misma. Toda reflexión o teoría viene posterior a la vivencia inmediata del mundo, y en tanto que la vida fáctica tiene un modo de revelarse a sí misma, tiene un sentido ya comprensible antes de su explicitación reflexiva. Si entendemos la vivencia como un momento concreto del fluir de la conciencia, al atenderla la convertimos en objeto, la sacamos de su inmediato vivir. Es por ello que para Heidegger lo psíquico va a dejar de constituirse como un ámbito propio de la intencionalidad. La inmediatez como cotidianidad es un terreno global y previo, no primordialmente psíquico, en que se desarrolla la vida humana. Y esa vida exponiéndose debe prescindir de la mediación de una reflexión que la deforme. El darse a conocer la vida fáctica a sí misma constituirá la

empresa filosófica heideggeriana, en ello consiste su transformación hermenéutica de la fenomenología. Y el dismantelamiento de los elementos esenciales de las construcciones filosóficas tradicionales seguido de la reconstrucción de una ontología fundamental de la vida humana (que viene a conformar el riguroso andamiaje de las estructuras ontológicas del Dasein) conforman su metodología.

La pregunta por el sentido del ser comienza a gestarse en sus trabajos previos a *Ser y tiempo*. Desde un interés estrictamente ontológico, Heidegger recurre a la prudencia (*phrónesis*) aristotélica con el fin de escapar a la primacía de una aséptica y metódica filosofía de la conciencia cartesiana, y sacudir el ideal de evidencia de una subjetividad trascendental que, alejada de su situación histórica, ha sacrificado la movilidad intrínseca de la vida.

Heidegger (2014) se nutre de Aristóteles como un instrumento que le permita aprehender la vida en su carácter dinámico, sin objetivarla cósicamente pero aproximándose a ella partiendo de un respeto por su movimiento intrínseco. Desarrolla la prudencia como encarnación del modo de verdad que descubre al Dasein en su concreta facticidad histórica (Heidegger, 1997). La prudencia atiende a las situaciones concretas en las que se desarrollan las acciones humanas, y en su saber práctico tiene como objeto de estudio la contingencia de las mismas, alejándose de verdades contemplativas o definiciones universales, por lo que no alcanzará el nivel de perfección de las ciencias intelectivas, pero sí gozará de algo que no tiene el saber teórico: la fuerza imperativa orientada a la acción (Escudero, 2010a). El saber práctico exige tomar una decisión y actuar con arreglo a ella, y el Dasein es el ente fáctico que tendrá que decidir en cada caso sobre las posibilidades existenciales a su alcance, las formas y modalidades de su propia autorrealización. La vida fáctica se autocomprende antes de que la conciencia trascendental se sirva de los objetos que se le aparecen. Y ese movimiento de constante autorrealización, inacabado pero incesante, se condensa en la prudencia. Ésta no se trata de una virtud que simplemente dirige nuestro comportamiento, sino de “una determinada apertura de la vida, de un modo de ser fundamental del ser humano que Heidegger condensará en el concepto de cuidado (*Sorge*)” (Escudero, 2010a).

De la Pregunta por el Ser a la Analítica Existencial

Heidegger observa que en la autocomprensión que la vida fáctica tiene de sí misma hay implicado un sentido de ser en general. Aísla un ámbito (el ser) que no comparece en ningún modo de presencia, algo anterior a una conciencia que percibe, y precisamente atender con rigor al fenómeno de la vida inmediata comprendiéndose en cada caso exigirá detenerse en esa cuestión.

Radicalizar la pregunta por el ser exigirá entonces conceptos propios y un lenguaje novedoso. El ente que tiene esa posibilidad de ser que es el preguntar, el ente que somos en cada caso nosotros mismos, es el Dasein. En su vaciedad formal y carencia de contenido concreto, es pura posibilidad previa a cualquier determinación. Ahora bien, el término Dasein implica una distancia y cuestionamiento

de aquellas concepciones previas del ser (sustancia, yo, espíritu) presentes en la filosofía tradicional:

El Dasein no es tan sólo un ente que se presenta entre otros entes. Lo que caracteriza ópticamente al Dasein es que a este ente le va en su ser este mismo ser [...] El Dasein se comprende en su ser de alguna manera y con algún grado de explicitud. Es propio de este ente el que con y por su ser éste se encuentre abierto para él mismo. La comprensión del ser es, ella misma, una determinación de ser del Dasein. La peculiaridad óptica del Dasein consiste en que el Dasein es ontológico. (Heidegger, 2016, pp.32-33).

El trabajo de Heidegger pretende analizar precisamente las estructuras fundamentales de la existencia y no situaciones concretas relativas a la misma. La analítica existencial tiene como tarea el estudio de las estructuras ontológicas fundamentales o de los modos de ser propios del Dasein, y tiene una primacía ontológica sobre el resto de ontologías cuyo tema son entes que no tienen el carácter de ser del Dasein.

Esta analítica existencial es formal. Sólo ofrece indicaciones de cómo se ejecuta la vida en cada caso. Para ello hará uso de las estructuras existenciales o existenciales (*Existenzialien*), como el estar-en-el-mundo, la solicitud, la angustia, la comprensión, el cuidado, etc., que expresan modos de ser propios del Dasein, frente a las categorías que se aplican a entes que no tiene la misma forma de ser que el Dasein (como la naturaleza, utensilios, objetos, etc.). Las estructuras existenciales no dicen o predicen algo concreto del humano, pero en su vaciedad formal se indica un camino, un hacia dónde, sin llegar a conformar una entidad. La indicación formal de estas estructuras primarias de la vida humana no tiene como tema un contenido o determinación en referencia a un objeto, sino que remiten a la realización del modo de ser que están indicando, y como modo de ser es un momento de la autocomprensión del vivir. Las categorías y existenciales son la expresión conceptual de una estructura, lo comprendido en ella no es un momento concreto o episódico de la existencia, “sino algo que nos revela cómo es nuestro estar en el mundo, qué tipo de ser somos” (Rodríguez, 1997).

Toda esta diferenciación está traduciendo un modo de hacer filosofía diferente al de corte teórico y reflexivo que analiza objetivamente el mundo de las cosas y que parte de la ruptura entre sujeto-objeto. Para Heidegger, la interpretación de la existencia humana se ha visto desfigurada por un interés dirigido a la conciencia y fenómenos cognitivos. Él escoge el camino de la orientación hermenéutica que arranca de la recíproca relación entre yo y mundo, y de un horizonte de sentido ya siempre abierto y a disposición del individuo (la comprensión). Se insiste y se volverá a incidir en la diferenciación entre un plano existencial y formal que no debe confundirse con el plano existencial y concreto, a razón de no caer en lecturas antropológicas y existencialistas.

¿Cómo está el Dasein en el mundo, cómo está en su apertura originaria? “El ser que a este ente le va en su ser es tener que ser su «ahí»” (Heidegger, 2016). El

ahí (*Da*) es la condición ontológica de aperturidad de la vida humana. No partimos de un sujeto o ente cerrado que en un momento determinado se encuentra con los demás entes. La vida es arrojada a su ahí. El Dasein es su aperturidad en cuanto estar-en-el-mundo, y los modos en los que la existencia es su ahí (la disposición afectiva, el comprender y el discurso), dan cuenta de la aperturidad de una vida que está “constitutivamente vuelta hacia el mundo, abierta al encuentro: y puesto que no existe un inicio y un fin de esta condición, dicha existencia, en todo y cada momento, está dirigida hacia sus posibilidades existenciales, su «propio poder ser»” (Stella, 2017).

En la disposición afectiva y en la condición de arrojado nos situamos en el límite en el que se inscribe la existencia. El Dasein, al estar afectivamente dispuesto, “se da existencialmente un aperiente estar-consignado al mundo desde el cual puede comparecer lo que nos concierne” (Heidegger, 2016). El estado de ánimo manifiesta cómo a uno le va, le pone al ser en su ahí, es el lugar desde donde el Dasein ya siempre se ha encontrado y puesto ante sí mismo, y que hace posible por primera vez un dirigirse hacia sus posibilidades.

Además de la disposición afectiva, una segunda característica de la constitución existencial del ahí es que el Dasein por esencia ya ha venido a dar siempre en determinadas posibilidades. “El Dasein es un ser-posible entregado a sí mismo, es de un extremo a otro, posibilidad arrojada” (Heidegger, 2016). La vida no es mera presencia, sino virtualidad siempre abierta por mor de sí misma en cuanto pura posibilidad. El comprender, en cuanto proyectar, es el modo de ser del Dasein en el que éste está siempre arrojado en una posibilidad y avanza o se hace con ella en cuanto tal. Como apunta Stella (2017), la revelación del carácter de proyecto de la existencia entraña también otras consecuencias. El proyecto manifiesta el hecho de que la vida humana debe necesariamente “resolverse” a una de sus posibilidades concretas. El proceso de comprensión consiste en mantener la mirada a las cosas mismas, revisar lo dado, hacer una elección y descartar otras, anticipar un nuevo proyecto que deberá revisarse a la luz de lo que aparece (Stella, 2017):

(...) las posibilidades fácticas que le salen al encuentro a la vida humana en su constitutivo carácter de abierta (esto es, en cuanto proyecto arrojado) tienen una repercusión que modifica la disposición afectiva originaria del comprender, en la que se mueve todo intento de apropiación de lo comprendido. (p. 51)

Además, el todo referencial dado de antemano desde el que se parte, la significatividad del mundo constituida en el comprender, necesita articularse y volverse comunicable. La comprensibilidad afectivamente dispuesta del estar-en-el-mundo se expresa como discurso, que es la articulación del comprender.

Estas estructuras fundamentales del “estar-en” que parten del carácter de abierto, exigen confirmarse en su estado fundamental de la existencia, esto es, en su cotidianidad³. La vida humana se comprende siempre abierta al mundo y primariamente de manera impropia. La caída es el denominador común de las

posibilidades existenciales del ahí en la forma de la cotidianidad, desarrolladas por Heidegger a través de las estructuras de la habladuría (modalidad cotidiana del discurso), la curiosidad (posibilidad impropia de la comprensión) y la ambigüedad (modo inauténtico de la interpretación). Revelan la tendencia del Dasein a quedarse absorbido en el mundo público de la cotidianidad media. Es el movimiento o tendencia intrínseca a la propia existencia que le lleva a quedar preso en la publicidad del uno, en abandonarse y absorberse entre los entes del mundo y alejarse de sí mismo. “Esta propensión a quedar absorbido por el mundo es el destino más íntimo que afecta a la vida fáctica. La manera de asumir este destino, es decir, el modo como el destino “es”, debe considerarse como un elemento constitutivo de la facticidad” (Heidegger, 2014).

El Dasein en su arrojamamiento incesante, reflejo de su movilidad constitutiva, se precipita en la impropiedad. “Está inmediata y regularmente en medio del mundo del que se ocupa (...), perdido en lo público del uno (...), ha desertado siempre de sí mismo en cuanto poder-ser-sí-mismo propio, y ha caído en el mundo” (Heidegger, 2016). La impropiedad es el modo eminente de estar en el mundo, el modo de ser inmediato del Dasein en el que se mueve ordinariamente. La tematización de la aperturidad que pertenece al Dasein, el estar-en, constituido en la disposición afectiva, el comprender y el discurso, y su modo cotidiano de ser caracterizado por la habladuría, la curiosidad y la ambigüedad dan cuenta de la movilidad de la caída.

Pero si la caída oculta y encubre las potencialidades que caracterizan a la propia existencia, es necesario poner en marcha un contra-movimiento gracias al cual el Dasein se determina y resuelve propiamente como poder-ser. Un movimiento por el cual el Dasein en su apertura a sus más íntimas posibilidades existenciales, reconoce el carácter de caída de la existencia y toma posesión de la misma. Una posibilidad de reapropiación.

Todas las estructuras existenciales se hallan ante esa doble posibilidad, entre la pérdida y la reapropiación de sí. La impropiedad no es un modo inferior de existencia, sino aquella modificación existencial del Dasein por la que no decide sobre sí mismo, donde uno está sometido al Uno⁴, perdido entre las prescripciones públicas de la vida cotidiana. La posibilidad de la propiedad y reapropiación de sí, de proyectar su propia existencia, de tomar posesión de la existencia en cada caso mío (y que viene representada por la hermenéutica de sí), puede situarse en cierta continuidad con la tradición de la ética del cuidado.

El Cuidado en *Ser y tiempo*

En *Ser y tiempo* surgen diferentes formas de comportarnos prácticamente con el mundo y que manifiestan una estructura que se va concretando a lo largo de la obra. Heidegger analiza los comportamientos hacia los entes en la cotidianidad. Tratamos con los entes inmersos en el mundo, estamos en el mundo con todas nuestras preocupaciones y obligaciones. Y nuestro estar en el mundo no se sustenta en un acto de conciencia, sino en nuestra previa familiaridad con él.

En las lecciones previas a *Ser y tiempo*, aparecen determinados términos que aluden a los modos de relación que mantiene el Dasein con otros entes en el mundo circundante, con los otros y consigo mismo. El término *Besorgen* (ocuparse) ya aparece en las *Interpretaciones fenomenológicas sobre Aristóteles*, como aquel modo de realización que consiste en la relación que establece el Dasein con los entes que comparecen en el mundo. La preocupación que el Dasein muestra por los otros en el marco de un mundo compartido (*Fürsorge*, solicitud) y la preocupación que la vida muestra por sí misma (*Selbstbekümmern*, inquietud de sí) terminan de configurar una triple modalidad de estar en el mundo que terminará siendo operativa bajo el concepto de *sorge* (Escudero, 2015). En *Ser y tiempo*, Heidegger se sirve del estado afectivo de la angustia para mostrar ese todo originario que es el modo de ser de la vida humana, ya que permite alcanzar un nivel de autocomprensión de la vida sin ejecutar un acto reflexivo como tal; un estado de ánimo que se apodera de nosotros y nos hace comprensible el tránsito de la impropiedad a la propiedad, nos dirige a la condición bajo la que se articulan los rasgos esenciales de la existencia, que es el cuidado. “La angustia, en cuanto posibilidad de ser del Dasein, junto con presentar al Dasein mismo en ella abierto, presenta también el fundamento fenoménico para la captación explícita de la totalidad originaria del ser del Dasein. Este ser se revelará como cuidado” (Heidegger, 2016).

El cuidado es aquel modo de ser que domina por entero su peregrinar temporal en el mundo. El cuidado es la figura conceptual que permite comprender las estructuras fundamentales de la vida humana como una trama originaria, una estructura que da cuenta de la totalidad ontológicamente elemental del Dasein.

El cuidado en Heidegger no se reduce a un concepto meramente práctico, o que tenga que ver sólo con la acción. Es una estructura ontológica y desde ese prisma ha de verse. El cuidado es la caracterización de la manera de ser del Dasein, indica formalmente el modo de ser de la vida humana. Es la base de nuestros modos de ser, la constatación de que estamos ya siempre inmersos en el mundo. Alude a un fenómeno ontológico-existencial fundamental que “no puede ser reducido a un elemento óptico primordial, así como el ser tampoco puede ser explicado por los entes” (Heidegger, 2016). El cuidado no caracteriza un comportamiento concreto, sino que, en cuanto totalidad estructural originaria, se da existencialmente en todo fáctico comportamiento y situación del Dasein.

Rendimientos y Limitaciones de la Ontología Existencial

¿Hay rendimientos en la empresa heideggeriana para la terapia? ¿Es posible concebirla dentro de la tradición del cuidado de sí? Explica Ramón Rodríguez⁵ que la ontología existencial viene a conformar un suelo nutricio, las raíces de un árbol. En torno al debate sobre si hubiera ética implícita en *Ser y tiempo*, la ética sería lo más ajeno, el fruto. La ontología existencial si no lleva una ética implícita, tiene que dar lugar a una ética. Y pese a las resistencias del propio Heidegger, son muchos los que han vislumbrado una ética en *Ser y tiempo*.

¿Es la ontología existencial del Dasein éticamente neutral? ¿*Ser y tiempo* está en un plano ontológico neutral? Hemos visto que *Ser y tiempo* es un trabajo de indagación de la comprensión del ser, de analizar el ser del Dasein con la meta del horizonte trascendental del tiempo. Lo que hace el análisis existencial es extraer del plano óntico de los comportamientos morales el plano ontológico. Ese análisis opera bajo una radical formalización. Poder-ser, apertura, posibilidades... todo el vocabulario de *Ser y tiempo* tiene una resonancia práctica y ética. Franco Volpi llega a radicalizar este aspecto de *Ser y tiempo*. En esta apropiación de la filosofía práctica de Aristóteles por parte de Heidegger, el filósofo italiano ve en *Ser y Tiempo* un tratado de filosofía práctica (Volpi, 1994). Volpi observa en la analítica del Dasein una combinación del modo de acceso de la fenomenología con la ontologización de conceptos aristotélicos. Para este autor, Heidegger interpreta la praxis como la base que caracteriza la manera de ser perteneciente al Dasein, caracterización a partir de un concepto de praxis reinterpretado ontológicamente. El Dasein, la vida humana no se comporta con su ser en una actitud contemplativa, teorizante, más bien tiene un actitud práctico-moral, no para fijarlo y describirlo en sus rasgos esenciales sino para decidir qué va a hacer con él, elegir y actualizar su propia posibilidad entre varias, decisión que no puede eludir. El ser humano tiene logos, delibera y elige qué medios y a través de qué formas toma posesión de lo que hay a su alcance para llevar la mejor forma posible de vida. El Dasein es para Heidegger el ser excepcional para quien su ser en cada caso es una cuestión; en ese sentido debe decidir sobre las posibilidades y formas de actualización. Dasein es actividad y autodeterminación, tiene el carácter de proyección y anticipa y configura así su propio ser en una postura eminentemente práctica. El ser del Dasein está ligado a una movilidad práctica, es el ser que tengo que realizar y poner en juego. Volpi fundamenta los conceptos de *Ser y tiempo* en la *Ética a Nicómaco*, llegándola a considerar una versión modernizada de la misma.

Siguiendo esta línea, de una manera menos radical pero también sugerente, figuran las lecturas de *Ser y tiempo* como una ética del cuidado. El binomio propiedad/propiiedad, ocultamiento/desocultamiento, la cuestión de la caída y reapropiación, la posibilidad de salir del torbellino de lo cotidiano, del dejarse llevar por el atrapamiento de lo meramente dado para tomar conciencia y desplegarse como sí mismo esencial y propio nos dirige a estas cuestiones (Escudero, 2012). Esta dualidad constitutiva del *Sorge* heideggeriano le aproxima a la *epimeleia* (cuidado) antigua. Como señala Escudero (2010b):

(...) se puede afirmar que Heidegger entiende la filosofía como un medio para afrontar las dificultades de la vida, es decir: como terapia, como cuidado del alma o, en términos foucaultianos, como una estética de la existencia o una ética del cuidado cuya primera tarea es examinar los propios motivos y tomar conciencia de la propia situación inicial de caída para luego buscar modelos de conducta y de acción adecuadas a una vida propia. La vida misma, opina Heidegger, en sintonía con las escuelas he-

lenísticas, está sometida a una prueba constante, donde ninguna situación se repite siempre igual y cada decisión vital tiene que ser sopesada con calma y analizada por sí misma. Al igual que el arquero zen se concentra en la trayectoria de la flecha, el Dasein tiene que hacer el vacío en torno a sí y pensar en la trayectoria de su propia vida si es que realmente quiere lograr un gobierno de sí mismo. (p.25)

Tampoco es desacertado para Stella (2017) encuadrar *Ser y tiempo* en la extensa historia del cuidado de sí. La labor heideggeriana rompe con las categorías metafísicas del pensamiento para alcanzar una determinación original de la existencia humana, tema que remite precisamente al cuidado de sí y del alma. Es el propio Heidegger quien admite la procedencia de la noción de *sorge* de esa tradición que transmite el intento de captación de la inmediatez de las experiencias humanas. El cuidado de sí sufre una transformación ontológica en Heidegger, incita al cuidado de sí mismo en tanto el Dasein, que toma conciencia de su situación de desarraigo, asume su arrojamamiento y “vuelve a hacerse con las posibilidades propias de su existencia, sorteando el torbellino de creencias y la anónima masividad compartida que le son impuestos por el propio movimiento de la existencia”.

¿Qué objeciones podrían presentarse a estas analogías? En primer lugar, es el propio texto heideggeriano el que ofrece resistencias. “La analítica existencial es fundamentalmente incapaz de dilucidar a qué cosa se resuelva de manera fáctica el Dasein en cada caso” (Heidegger, 2016). Es preciso tropezar y no pasar por alto que la analítica existencial es puramente formal. Dicha sentencia nos devuelve a la pregunta originaria de si la ontología existencial es neutra en un nivel ético.

No podemos prescindir del “mi”. El ser que pongo en juego no es indiferente, ese ser me afecta y tengo que hacerlo mío. Siempre tomo posición de las cosas que hago. Pero la apropiación del propio ser, no es un rasgo moral. La acción, aunque es siempre en cada caso mía, es un rasgo a priori, estructural. Siempre tengo que tomar posición sobre mis propias posibilidades. Y la posibilidad del poder-ser engloba la diferencia propiedad/impropiedad: la mayor parte de nuestras conductas son de carácter inercial, no se toma una afirmación de segunda orden sobre ellas. Pero existe la posibilidad de asumir la conducta de una manera que la hago mía, soy yo mismo cuando tomo posición de lo que hago de manera explícita. Cuando se rompe esa trama inercial del Uno, esa ruptura repara la falta de elección de la cotidianidad. La posibilidad de reapropiación figura en elegir el elegir, tomar posición de segundo orden, aquel hacer mía una posibilidad en la que elijo la elección.

Pero ya se ha señalado que ese doblete de lo impropio/propio no tiene una connotación moral. No es un mandato, es la forma como la existencia toma conciencia lúcida su propia estructura de poder-ser. La existencia comparece lúcidamente ante sí misma, pero lo que revela es la estructura de la existencia, no la conducta moral. Solo si tomo posición de mí mismo, la conducta puede ser buena o mala. Y sólo a través de esta toma de posición, nacen las condiciones de posibilidad de la terapia. La psicoterapia, al igual que la ética, es □una de las disciplinas que dicen

algo pertinente sobre el ser que somos. Yo me patentizo a mí mismo sólo en la asunción de posibilidades, en mi poder-ser. La analítica no habla de prescripciones concretas, lo único que tiene que decir es que sólo un ser que puede volverse sobre sí mismo, volcado hacia sus posibilidades, que toma posición con respecto de sí, puede tener conciencia moral, o puede diferir de sí mismo. Sólo un ser que pone en juego su propio ser, un ser que tiene que responder de sí, un ser que tiene una responsabilidad ontológica, puede transformarse mediadamente en terapia y puede dominarse a partir de cómo es.

La analítica existencial es una ontología fenomenológica que trata de establecer las condiciones de posibilidad de la existencia propia, al igual que el cuidado de sí no queda definido universalmente por una serie de prescripciones o reglas de conducta. Insta a hacernos cargo, despierta nuestra responsabilidad, nos enfrenta y devuelve a nuestra situación particular. El análisis ontológico es el producto de un estilo de vida óntico, que intenta responder a la pregunta por el ser y establece el andamiaje necesario para ello. Pero es un análisis que atiende, en su vaciedad formal, a la generalidad trascendental de la prescripción, no reclama prescripciones universales ni concretas.

El Desencanto Moderno de la Terapia y la Tradición del Cuidado como Alternativa

Olvido del ser y era de la técnica son sinónimos en Heidegger. Con el dominio de lo técnico, crece el vacío, el hombre se ve como una pieza más de una maquinaria que somete y calcula su existencia en base a una racionalidad técnica, la voluntad personal está determinada por una empresa mayor. Pararse a reflexionar, atender, escuchar, dominarse a uno mismo son procesos lentos y sin un beneficio inmediato, pero son lo más propio de uno. Sin el pensar y el reflexionar el hombre no se reconoce a sí mismo como lugar de revelación del ser, como Dasein (Esquirol, 2011). El desencanto de la modernidad y de la hegemonía de la técnica, la pérdida de sentido de la propia existencia son constantes problemáticas de Heidegger. La búsqueda de nuevos recursos simbólicos, el análisis de la vida humana y de su particular movilidad, la capacidad del hombre de modificarse de tal manera que se distancie críticamente con respecto a su propia vida y al mundo en el que habita, su empresa. Y éste es uno de los rendimientos heideggerianos para la terapia.

La crítica de Heidegger en *La pregunta por la técnica* (2021) guarda una relación directa con la tendencia cada vez más marcada utilizar a ésta (*Gestell*) como criterio absoluto de la realidad humana, engranaje que engulle, impersonaliza y aliena (Bonet, 2017). El esfuerzo central de la Modernidad es aumentar su acceso ilimitado a todo el mundo exterior (y por lo tanto al individuo y sus desajustes) y poder generar una disponibilidad permanente y alcanzable. La estrategia de la Modernidad es la de la puesta a disponibilidad. Estamos constreñidos e impulsados a “convertir el mundo en un punto de agresión, en algo que debe ser conocido, alcanzado, apropiado, dominado y controlado” (Rosa, 2020). La naturaleza queda

sometida a nuestro dominio como un fondo que está constantemente a nuestra disposición, y el sujeto se ve reducido a un mero objeto de conocimiento.

La terapia, en su propia autocomprensión como producto moderno, se ve a sí misma como la aplicación técnica de un conocimiento científico destinado a aliviar un síntoma, y la verdad implícita que descansa sobre la eficacia de cada escuela es una hipótesis de verdad causal (mi enfoque funciona porque mis presupuestos son ciertos). La terapia como hija de la Modernidad, se basa en el proyecto de disponibilidad técnico-teórica del mundo (y por lo tanto, del propio individuo y de sus desajustes), así como en un sujeto garante de la verdad de sus representaciones y de la eticidad de su conducta. La manera en que se ve a sí misma la psicoterapia establece un cierre del horizonte de sentido donde se dispone de antemano lo que luego ha de ser visto. Si yo anticipo que lo que me voy a encontrar es una disfunción neurobiológica, un condicionamiento reflejo o un complejo de Edipo, y la terapia por la que me muevo va a obtener resultados, será porque los presupuestos desde los que parto son ciertos. La actitud que prevalece es la de dar por sentado que los resultados de las terapias aplicadas dan testimonio de la verdad y la competencia teórica con la que éstas operan. Y ésta es la esencia del proyecto de la técnica de la modernidad. La psicoterapia, por tanto, es un producto muy representativo de su tiempo y estrechamente vinculado al despliegue del proyecto moderno. Pero las insuficiencias de este modelo se reflejan en la paradoja de la equivalencia (o hipótesis del pájaro Dodo) (Wampold, 2015), desde donde diferentes terapias, incompatibles entre sí mismas en cuanto a la teoría de producción de síntomas y técnicas destinadas a su alivio, presentan la misma eficacia. Un problema epistémico que bajo la fundamentación moderna de la terapia no puede resolverse. Pero, ¿es posible una fundamentación diferente que añada luz a esta aporía? Los rendimientos heideggerianos nos llevan precisamente a la condición de posibilidad de la terapia, esto es, a la capacidad del individuo de colocarse frente a su facticidad, de relacionarse con ella. La verdad ontológica de la psicoterapia.

Hay algo que precede inevitablemente a la capacidad de poner el mundo a distancia y disponibilidad (la obra de Heidegger nos invita a meditar sobre ese ámbito previo de sentido, sobre ese claro en el que se nos dan inicialmente las cosas antes de ser representadas, dispuestas y solicitadas por el engranaje técnico). Teniendo en cuenta que uno debe partir desde una ventana teórica necesaria para reconstruir la experiencia del paciente en base a unos términos concretos, se plantea en este trabajo (y en la fundamentación de la psicoterapia como cuidado) que el engranaje facilitador del cambio en psicoterapia no radica en que los presupuestos teóricos de los que se parte sean ciertos, sino que, independientemente de la teoría de la que partamos, el mecanismo de cambio va a darse en el movimiento mismo de la subjetividad. La reconstrucción racional del proceso de subjetivación⁶ ha de ir a buscarse al movimiento subjetivo mismo y a la posibilidad perseguida en terapia de aparición de un sentido nuevo, de dimensiones de sentido nuevas que no habían sido atendidas previamente. Una tarea que no consiste en liberar una región dispo-

nible prerreflexiva, preteórica y originaria (Arciero et al., 2018). Precisamente el movimiento mismo de subjetivación permite que, de manera mediada, podamos aproximarnos a lo indisponible en nosotros; permite que podamos colocarnos de otro modo frente a nuestra condición fáctica, hacernos cargo, en ocasiones, de narraciones sufrientes, de trama de significados, hábitos instituidos y otras regiones de nuestra pasividad. Todo ello echando mano del buen hacer psicoterapéutico, del corpus de herramientas con las que contamos para propiciar ese aparecer de sentidos nuevos y momentos poéticos en el encuentro (Pakman, 2010).

Para ello será preciso atender la psicoterapia no bajo su autoconcepción moderna, sino como una práctica de resubjetivación que pertenece a la tradición del cuidado. Una práctica que respete y ponga de manifiesto la emergencia de lo indisponible por apropiarse y que asegure el poder diferir del sujeto de sí (Rejón, 2021).

Al examinar nuestras actividades cotidianas, la forma normal en que nos movemos por el mundo, Heidegger pensó que era posible demostrar el hecho de que no somos, ante todo, mentes desprendidas que se encuentran con un mundo; más bien estamos primordialmente en un mundo de participación práctica. Por tanto, los modelos que intentan reconstruir las condiciones del conocimiento desde el punto de vista de un sujeto desvinculado del mundo no pueden sino fallar en su intento de dar cuenta de su naturaleza. Somos antes de sujetos, Dasein (estar ahí). Que el Dasein se cuide y comporte de modo práctico arrastra al modelo epistemológico sujeto-objeto a un segundo plano. Esto no implica negar la importancia del conocimiento científico, sino que el modelo de la conciencia y de la polaridad sujeto-objeto del comportamiento humano, el modelo de la disponibilidad teórico-técnica del mundo, no responde a los problemas epistémicos que existen actualmente en psicoterapia. Por ello los rendimientos del cuidado heideggeriano como fundamentación de la terapia son tan pertinentes.

El ser que es precomprendido no es un conjunto de propiedades humanas esenciales, una esencia dotada de contenido material, sino el vivir como realización, que es, frente a esa esencia material, una forma. Hay siempre una comprensión, una cierta conciencia del hecho del propio vivir: la vida, viviendo, “sabe” de ella. Y en esa precomprensión, en ese dinamismo, el trato conmigo mismo no se produce a través de una autocontemplación, sino poniendo en obra un proyecto de sí. Cuidado es vivir inmersos en contextos de significado ya existentes, habiendo posibilidad de individuación a través de prácticas con las que uno puede transfigurarse. El cuidado es el hacerse cargo de lo indisponible, el trabajo mediante el cual uno toma posición con respecto de sí.

La psicoterapia y sus ancestros anclan en una determinidad inherente al Dasein como es el cuidado, y el doble entenderse im/propio. Desde esta fundamentación, el cambio en psicoterapia consiste en ejercitarse desde una libertad situada, propiciar desde lo instituido momentos de conmoción, apareceres de un sentido nuevo que hay que facilitar, posibilidades latentes (procesos de subjetivación) a poner en marcha.

Nota al pie

1. Para una exposición más detenida de los acercamientos y desencuentros entre Heidegger y la lectura que hace de su ontología la psiquiatría analítico-existencial, véase Heidegger, M. (2013). *Seminarios de Zollikon*. México, D.F.: Herder.
2. La noción de cuidado puede enmarcarse en los intentos de dar un giro a la filosofía hacia términos y funciones alejadas de su estructura academicista actual. El objetivo es entender la filosofía como ejercicio concreto, vivido y efectivo. La noción de cuidado está representada desde diferentes formas en la obra de Michel Foucault, Pierre Hadot, Jan Patočka o Carol Gilligan, entre otros.
3. Ni el temple anímico alude a un constructo psicológico, ni el proyecto alude a un comportamiento planificador u organizador. Tampoco el tono peyorativo y las connotaciones ético-morales de términos como impropiedad deben dirigirnos a pensar en una modalidad inferior de la existencia. Nos hallamos ante una modalidad de existencia estrictamente formal.
4. El Uno, o uno público, es un existenciario. La propiedad es una modificación existencial de la vida primariamente impropia en el uno público. El sí mismo del Dasein cotidiano es el uno-mismo. La propiedad no implica deshacerse de nuestra propia tradición sino apropiársela de manera genuina, abriendo y persiguiendo nuevas posibilidades.
5. Concretamente en la ponencia “*Ontología existencial y ética. En torno a la ética implícita de Ser y tiempo*” en el Seminario “*Ética y fenomenología*” impartido en mayo de 2021 en la Universidad Diego Portales (Santiago de Chile) y la Universidad de Zaragoza. Algunas de las ideas de este apartado beben de esa sesión.
6. Cuando hablo de subjetivación me refiero a la manera en que me constituyo a mí mismo en las relaciones con los demás, con el mundo y conmigo mismo.

Referencias

- Arciero, G., Bondolfi, G. y Mazzola, V. (2018). *The foundations of phenomenological psychotherapy* [Los fundamentos de la psicoterapia fenomenológica]. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-78087-0>
- Bonet, Á. (2017). El cuidado del ser. En T. Oñate, S. Lomef, L. I. Escutia, J. L. Díaz, O. Zubía y M. Hernández (Eds.), *Hermenéuticas del cuidado del sí: cuerpo alma mente mundo* (pp.143-172). Dykinson.
- Boss, M. (1983). *Existential foundations of medicine & psychology* [Fundamentos existenciales de la medicina y la psicología]. Jason Aronson.
- Boss, M. (2013). Prólogo a la primera edición. En M. Heidegger (Ed.), *Seminarios de Zollikon* (pp.15-26). Herder.
- Escudero, J. A. (2010a). *Heidegger y la genealogía de la pregunta por el ser. Una articulación temática y metodológica de su obra temprana*. Herder.
- Escudero, J. A. (2010b). Ser y tiempo y el imperativo de una estética de la existencia: El Dasein como una obra de arte. *Revista de Humanidades*, 21, 9-29.
- Escudero, J. A. (2012). Ser y tiempo; ¿una ética del cuidado? *Aurora*, 13, 74-79.
- Escudero, J. A. (2015). *Guía de lectura de Ser y Tiempo de Martín Heidegger. Vol. 1*. Herder.
- Esquirol, J. M. (2011). *Los filósofos contemporáneos y la técnica. De Ortega a Sloterdijk*. Gedisa.
- Heidegger, M. (1997). *Plato's sophist [El sofista de Platón]*. Indiana University Press.
- Heidegger, M. (2013). *Seminarios de Zollikon*. Herder.
- Heidegger, M. (2014). *Interpretaciones fenomenológicas sobre Aristóteles (Indicación de la situación hermenéutica) [Informe Natorp]*. Trotta.
- Heidegger, M. (2016). *Ser y tiempo*. Trotta.
- Heidegger, M. (2021). *La pregunta por la técnica*. Herder.
- Husserl, E. (2006). *Investigaciones Lógicas, I*. Alianza Editorial.
- Mitchell, A. J. (2016). Heidegger's breakdown: health and healing under the care of Dr. V.E. von Gebattel. *Research in Phenomenology*, 46(1), 70-97. <https://doi.org/10.1163/15691640-12341329>
- Pakman, M. (2010). *Palabras que permanecen, palabras por venir. Micropolítica y poética en psicoterapia*. Gedisa.
- Rejón, C. (2021). *Uno y distinto. Estudios sobre locura e individuación*. Herder.
- Rodríguez, R. (1997). *La transformación hermenéutica de la fenomenología. Una interpretación de la obra temprana de Heidegger*. Tecnos.

- Rodríguez, R. (mayo 2021) *Ontología existencial y ética. En torno a la ética implícita de Ser y tiempo* [Ponencia]. Seminario "Ética y fenomenología" Universidad Diego Portales. Santiago de Chile.
- Rosa, H. (2020). *Lo indisponible*. Herder.
- Stella, A. (2017). *¿Qué es la filosofía? Foucault, Patocka y la noción de cuidado* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid].
- Volpi, F. (1994). Being and time: A translation of the nichomachean ethics? [Ser y tiempo: ¿una traducción de la ética a Nicómaco?] En T. Kisiel y J. Buren (Eds.), *Reading Heidegger from the start. essays in his earliest thought* (pp. 195-212). New York Press.
- Wampold, B. E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update [¿Qué importancia tienen los factores comunes en psicoterapia? Una actualización]. *World Psychiatry: Official Journal of the World Psychiatric Association*, 14(3), 270-277. <https://doi.org/10.1002/wps.20238>