

HACIA LA CONSTRUCCIÓN DE UNA BASE EPISTEMOLÓGICA CONTEMPORÁNEA. COMPLEJIDAD Y GESTALT: ECOS DE UNA RESONANCIA

Nueva versión del artículo publicado en la Revista *Figura Fondo* No. 39, del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt: México, 2016.

Viviana Valdés Teja
México, CDMX

Resumen

La psicoterapia Gestalt, desde sus bases existenciales y fenomenológicas, es una propuesta que cambia radicalmente nuestra forma de comprender el mundo y de relacionarnos con él. Su propuesta representa un cambio de paradigma que nos invita a considerar la multidimensionalidad de la experiencia, a reconocer lo inacabado del hombre y del conocimiento, a sostener las paradojas de la vida, a darle un lugar especial a la incertidumbre y los fenómenos inciertos e incómodos, y a alejarnos de una mirada lineal de causa-efecto. Todas estas son, también, características del Pensamiento complejo. Lo que me hace pensar en la complejidad como una de las principales bases epistemológicas de la Psicoterapia Gestalt. En este artículo propongo una relación entre los principales conceptos del pensamiento complejo con sus referentes en Gestalt y también genero una reflexión sobre las implicaciones didácticas de la enseñanza de una teoría compleja.

Palabras clave

Epistemología, complejidad, psicoterapia Gestalt, teoría de campo.

Abstract

From its existential and phenomenological bases, Gestalt psychotherapy is a proposal that radically changes the way we understand the world and the way we interact with it. Its proposal represents a paradigm shift that invite us to consider the multidimensionality of experience, to recognize the incompleteness of humans and it's knowledge, as well as to understand the paradoxes of life, to give a special place to uncertainty, to the uncertain phenomena and to the uncomfortable, in a different way than a linear view of cause and effect. All these are also characteristics of the complex thought. This is why I believe that the complexity is one of the major epistemological bases

of Gestalt psychotherapy. In this article I propose a link between the main concepts of complex thought with their referents in Gestalt. I also attempt to generate a reflection on the educational implications of teaching a complex theory.

Keyword

Epistemology, complexity, psychotherapy Gestalt, field theory.

Introducción

El interés por escribir este artículo surgió cuando preparaba la clase de epistemología. Al desarrollar el tema del paradigma del pensamiento complejo y conversar con los alumnos al respecto, se fue haciendo cada vez más evidente el paralelismo y las resonancias entre esta propuesta y la Psicoterapia Gestalt, más concretamente con la teoría de Campo.

Es cierto que la inquietud por construir o reflexionar sobre el sustento epistemológico de la Psicoterapia Gestalt no es nada nuevo, contamos con las aportaciones de Robine (2002), Delacroix (2009), Muñoz (2004), Martínez (2004), Carreón (2012), Wheeler (2005), Francesetti (2015) entre otros.

En el texto *La Psicoterapia Gestalt y el Nuevo paradigma Científico* ya Muñoz nos invitó a reconocer que nuestra propuesta "emerge de una nueva manera de ver la realidad" (2004, p. 23), profundizó en sus implicaciones e hizo una revisión de los conceptos relacionados. Por su parte, Robine, ha teorizado sobre las simetrías de la teoría Gestalt y el pensamiento complejo en el primer capítulo de su libro *Contacto y Relación en Psicoterapia*.

No obstante, me resulta un ejercicio interesante seguir masticando el tema para complementar la reflexión con otros puntos de vista, sabiendo que aun así, siempre quedarán cosas que decir, sobre todo si reconocemos, como nos invita la complejidad, "lo

inacabado e incompleto de todo conocimiento” (Morin, 2001, p. 23).

Hacer esta revisión epistemológica me permitirá, al mismo tiempo, reflexionar sobre diversos conceptos que me parecen claves en nuestra teoría y que considero podrán refrescar su sentido desde el enfoque de la complejidad. La intención es también reflexionar brevemente sobre las implicaciones de estos conceptos en el contexto psicoterapéutico y educativo.

Por otro lado, me parece que un reto interesante, pedagógicamente hablando, es hacer accesible la complejidad y profundidad de la teoría Gestalt sin caer en la tentación de simplificarla; y en este sentido creo que el paradigma de la complejidad nos puede ser de utilidad para comprender en qué radica lo particular, significativo y novedoso de nuestra propuesta teórica y terapéutica.

Breve aproximación al pensamiento complejo: una forma de mirar.

Quisiera comenzar por decir que el paradigma del pensamiento complejo es una manera de mirar el mundo y una postura sobre la generación del conocimiento que reacciona al “paradigma de simplificación”, el cual ha controlado la aventura del pensamiento occidental desde el siglo XVII, y que a partir de la hiperespecialización ha desgarrado y fragmentado el tejido complejo de las realidades (Morin, 2001, p.30)

En contraste, la complejidad implica una nueva forma de entender y generar el conocimiento y de pensar la experiencia humana. Una forma que nos reta a ampliar y flexibilizar nuestra perspectiva alejándonos de los principios de disyunción, reducción y abstracción para acercarnos a los de distinción, conjunción, implicación y contradicción.

No se limita a una teoría en específico, sino que es un marco de referencia dentro del cual se incluyen una serie de propuestas teóricas que comparten esta perspectiva. Por ejemplo, la teoría del caos, la cibernética, la ecología, etc., podrían considerarse teorías complejas.

Otra de las teorías que podría bien formar parte del paradigma de la complejidad, coincido con Robine (2002), es la propuesta teórica de la Psicoterapia Gestalt, más específicamente la teoría de Campo. Sobre todo, si consideramos sus intentos por captar la complejidad de la vida humana e ir más allá del reduccionismo del positivismo simplista.

Principalmente es Edgar Moran (2001) quién ha asumido la tarea de desarrollar y difundir este paradigma. Una aproximación interesante la podemos encontrar en sus libros *Introducción al pensamiento complejo* (2001), *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro* (1999), *El paradigma perdido* (2005), *La vía para el futuro de la humanidad* (2011), entre otros.

De manera general, podemos decir que la propuesta de la complejidad nos invita a observar el mundo de manera multidimensional, reconociendo la infinidad de factores y perspectivas que influyen en un mismo fenómeno, lo cual lo hace complejo y nos recuerda que no podemos totalizar, ni pensar de manera lineal

en tanto causa-efecto. En este sentido, considera que cualquier conocimiento debe contextualizar su objeto para ser pertinente. (Morin, 2001)

Otro aspecto fundamental de la complejidad es su propuesta de comprender, integrar y sostener las paradojas, la posibilidad de incluir opuestos que coexisten y se complementan y que nos permiten pasar de una mirada de disyunción a una de conjunción.

Por otro lado, el pensamiento complejo, a diferencia de la mayoría de las propuestas epistemológicas, le da un lugar especial al desorden, la ambigüedad, la incertidumbre, lo inesperado, siendo así más incluyente del mundo tal y como es, dejando atrás los ideales de perfección sobre lo que quisiéramos que fuera.

El pensamiento complejo asume que todo conocimiento es parcial y por lo tanto incompleto. Su llamado es a generar diálogos interdisciplinarios que nos permitan complementar perspectivas, intercambiar conceptos y ampliar horizontes para avanzar hacia la transdisciplinariedad.

Ahora bien, con la intención de profundizar en cada uno de estos aspectos y de establecer algunas resonancias entre esta perspectiva y la teoría Gestalt, voy a desglosar algunas de las principales características de la complejidad, señalando los que considero sus “ecos” gestálticos.

Estas características serán los ejes para desarrollar dicha interrelación:

1. Multidimensionalidad
2. Incompletud
3. Paradójico
4. Dialógico
5. Incierto
6. Recursividad organizacional
7. Hologramático
8. Auto-eco-organización
9. Transdisciplinariedad

Ecos de una resonancia, onda por onda

1. Multidimensionalidad

“El pensamiento complejo aspira al conocimiento multidimensional”. Cuando hablamos de multidimensionalidad nos referimos a la confluencia de factores y perspectivas que conforman un fenómeno. Así por ejemplo podemos decir que el fenómeno “ser humano” en tanto unidad compleja “es a la vez biológico, síquico, social, afectivo, racional. A su vez, la sociedad comporta dimensiones históricas, económicas sociológicas, religiosas” (Morin, 1999, p 37).

Este paradigma intenta reconocer todas las perspectivas implicadas en un mismo fenómeno, ya que cuando nos enfocamos en un solo ángulo, e intentamos aislar una parte del todo, entonces simplificamos y empobrecemos nuestro conocimiento. En la Psicoterapia Gestalt, podemos ver un enfoque multidimensional en tanto que “considera importante el campo biopsicosocial completo, incluyendo organismo/ambiente (...) reconociendo las variables fisiológicas, sociológicas, cognitivas y motivacionales” (Yontef, 2009, p. 83).

Ampliando esta idea podemos decir que, considerar la multidimensionalidad de los fenómenos, nos lleva a plantear la existencia de “objetos complejos” Esto es, “un objeto situado en la intersección de problemáticas diferentes” (Robine, 2002, p.2), que emerge del tejido interdependiente, interactivo, (Morin, 2001, p.37), es decir, contextualizado en un todo.

Cuando en Gestalt hablamos del ser humano, nos referimos al organismo humano animal, considerando que la naturaleza humana procede tanto de factores, fisiológico y animales, como de factores culturales y sociales (Robine, 2002); es decir, se trata de un campo organismo/entorno.

En consistencia con esta perspectiva multidimensional, la Psicoterapia Gestalt plantea como método de trabajo el “método contextual”, el cual busca “encontrar el contexto total del problema, incluyendo las condiciones de su experiencia, el medio social y las defensas personales del observador” (PHG, 2006, p.26).

2. Incompletud

Si bien la complejidad aspira al conocimiento multidimensional, sabe y reconoce el principio de incompletud. Es decir, que el pensamiento complejo “está animado por una tensión permanente entre la aspiración a un saber no parcelado, no dividido, no reduccionista, y el reconocimiento de lo inacabado e incompleto de todo conocimiento” (Morin, 2001, p.23).

Cuando aceptamos lo inacabado e incompleto del conocimiento podemos despertar una actitud de humildad que nos aleja de la idea de LA verdad y nos abre al reconocimiento de las diferentes verdades propias de la subjetividad.

Esta característica de la complejidad la podemos ver claramente presente en la teoría Gestalt de dos maneras; por un lado, en nuestras bases fenomenológicas, y por otro, en la forma en que la comunidad gestáltica genera conocimiento.

Si recordamos la propuesta de la fenomenología plantea que “todo acercamiento a la realidad se realiza siempre desde una perspectiva específica, y por lo tanto es siempre parcial. Nadie es capaz de observar y/o estudiar una situación desde todos sus ángulos y cualquier punto de vista, como si se tratara del ojo de Dios.” (Martínez, 2012, p.167). Esta perspectiva es la base que explica la importancia de nuestra “renuncia al saber”, que implica “desistir al poder del terapeuta, a la posición de saber y de dominio del otro” (Robine, 2006, p.83).

Como lo mencioné anteriormente, la incompletud también está presente en la forma en que la comunidad gestáltica genera conocimiento; ya que lejos de asumir definiciones o paradigmas definitivos, constantemente se cuestiona, se redefine, se afina y se enriquece. Esto muchas veces genera desconcierto; puedo ver en clase que a muchos alumnos les preocupa saber cuál es LA definición de Campo, por ejemplo, y me parece importante reconocer que no sólo hay una definición sobre ese o muchos otros conceptos, y que más bien la teoría Gestalt cuenta con distintas miradas que nos permiten generar diversas propuestas o variantes teóricas sobre un mismo término, y por lo tanto nos invitan

desarrollar una mirada crítica que nos permita reflexionar, cuestionar, dialogar y sobre todo, sostener la incertidumbre, reconociendo lo inacabado de nuestra teoría y del conocimiento.

3. Paradójico

Por otro lado, este paradigma epistemológico reconoce la paradoja de lo uno y lo múltiple ya que considera que la complejidad es un tejido de constituyentes heterogéneos inseparablemente asociados. Morin se refiere a esto como la “unidualidad” (Morin, 1999).

La complejidad nos invita a ver que generalmente vivimos bajo el paradigma simplificante de la disyunción/reducción/unidimensionalización, el cual unifica abstractamente anulando la diversidad, o por el contrario, divide y yuxtapone la diversidad sin concebir la unidad. Como respuesta, el paradigma complejo nos alienta a integrar un paradigma de distinción/conjunción, que nos permita distinguir sin articular y asociar sin reducir (Morin, 2001).

Al respecto, Perls, Hefferline y Goodman nos hablan de la “división neurótica” en donde “una de las partes se mantiene fuera de cualquier conciencia inmediata o bien es fríamente reconocida pero despojada de cualquier interés o, también, las dos partes son, cuidadosamente, aisladas la una de la otra y convertidas en aparentemente incompatibles entre sí, para evitar el conflicto y mantener el statu quo” (PHG, 2006, p.22).

Incluso nos llevan a revisar una serie de dicotomías neuróticas que se vuelven relevantes ya sea porque son universalmente dominantes o porque están subyacentes de alguna manera. Estas dicotomías son: Cuerpo-mente, Self- mundo exterior, Emocional (subjetivo)- Real (objetivo), Infantil-maduro, Biológico-cultural, Poesía-prosa, Espontáneo-deliberado, Personal-social, Amor-agresión, Inconciente-conciente. (PHG, 2006)

El planteamiento de la teoría Gestalt es innovadora y compleja en tanto que promueve a la unificación creativa que surge del encuentro de las diferencias, “corriendo el riesgo de saltar a lo desconocido, a la integración creativa de la división que pueda aparecer” (PHG, 2006, p.22).

Así mismo considera que uno de los objetivos de la psicoterapia es desarrollar:

“la facultad de habitar la paradoja, es decir, de hacer coexistir elementos contradictorios dentro de un mismo conjunto estructural y de apoyarse en esta contradicción para alzarse a otros niveles de la lógica, de comprensión o de funcionamiento, de producir sentido y organización a partir de dos principios antagónicos. Se trataría también de identificar las polaridades y dialectizarlas, de encontrar una unidad en la dualidad, de salir de las fragmentaciones y disolverlas” (Schoch, 2000, p. 94).

Otro aspecto de nuestro enfoque terapéutico que hace referencia a la paradoja, es precisamente la Teoría paradójica del cambio. Esta teoría planteada por Beisser dice: “el cambio ocurre cuando el paciente se convierte en lo que es, no cuando trata de ser lo que no es (Beisser en Yontef, 2009, p. 175).

Esta propuesta representa un cambio de paradigma muy significativo, difícil de integrar de inicio ya que va en contra de una serie de ideas generalizadas respecto al contexto terapéutico. Comúnmente se concibe al terapeuta como un agente de cambio y a la terapia como un camino para que el paciente se convierta en lo que “debería” de ser. Distanciándose de esa perspectiva, “la estrategia del terapeuta gestáltico es rechazar el rol del ‘cambiador’, porque su estrategia es de estimular, incluso insistir en que en que el paciente esté y sea” (...) “El cambio ocurre más bien cuando el paciente abandona, al menos por el momento, lo que le gustaría ser e intenta ser lo que es” (Yontef, 2009, p.175).

Ahora bien, el hecho de incluir las paradojas como parte de la ruptura del paradigma de la disyunción es tan relevante, que para Morin es uno de los tres principios del pensamiento complejo. A continuación vamos a profundizar en este punto y veremos los efectos de este principio en la base de nuestra propuesta teórica.

4. Principio Dialógico

“El principio dialógico nos permite mantener la dualidad en el seno de la unidad. Asocia dos términos a la vez complementarios y antagonistas” (Morin, 2001, p.106).

La asociación de dos términos complementarios y antagonistas a la vez nos da la posibilidad de crear “macro-conceptos que podrían ser vistos como una constelación o solidaridad de conceptos igual que un átomo es una constelación de partículas o el sistema solar una constelación de planetas alrededor de un astro” (Morin, 2001, p.105).

En Gestalt cuatro de nuestros conceptos más importantes son macro-conceptos, en tanto que conllevan la constelación de conceptos dialógicos. Estos son: Campo organismo/entorno, Figura-fondo, frontera-contacto y ajuste creativo.

5. Incierto

“Todos los enfoques simplificadores han tendido y tienden todavía que esquivar lo diferente, el accidente, el acontecimiento, lo imprevisible”. (Robine, 2002, p.4) esto con el ánimo positivista de alcanzar un conocimiento verdadero, objetivo y exacto. Como reacción a esta tendencia, “la complejidad, abre un espacio importante y significativo para incluir las incertidumbres, indeterminaciones y fenómenos aleatorios” (Morin, 2001, p.60).

Si observamos por un momento nuestro mundo fenoménico, es fácil reconocer cómo eventualmente nos encontramos con “los rasgos inquietantes de lo enredado, de lo inextricable, del desorden, la ambigüedad, la incertidumbre” (Morin, 2001, p.32); y podemos entonces reconocer que “la realidad parece asemejarse más a un proceso continuo de Caos-Orden-Caos-Orden que a algo estático y equilibrado” (Martínez, 2004, p.100).

Ahora bien, nuestra tendencia general ante estos eventos o situaciones, es quererlos evitar, responder y resolver rápidamente, con la intención de sobrepasar la angustia. Como una forma de resistencia, el paradigma de la complejidad es una propuesta que

nos sugiere quedarnos ahí por un momento y mirar cómo “la degradación y el desorden conciernen también a la vida” (Morin, 2001, p. 92).

En este mismo sentido, podemos ver que la Psicoterapia Gestalt no solo incluye, sino que valora profundamente aquello que sale, cuestiona o rompe el statu quo, sobre todo porque es una puerta para el crecimiento. Es decir, “cada uno de nuestros problemas, conflictos o circunstancias incómodas en la vida, pueden ser las puertas hacia nuevas organizaciones de la personalidad, que pueden dirigirnos a niveles superiores de conciencia” (Martínez, 2004, p.101).

En otras palabras, podemos decir que la Gestalt nos recuerda que “para que un sujeto evolucione, es necesario que haya sitio para los desajustes, que haya intersticios que puedan sujetar las palancas, espacios que acojan la novedad, agujeros y carencias que permitan el movimiento (Robine, 2002, p.5).

Es tal el espacio que le damos a estos eventos que salen del equilibrio o del orden, que teóricamente dedicamos un importante espacio a fenómenos como la incertidumbre, la novedad, la agresión, el conflicto y el vacío. En otros contextos, estos suelen ser aspectos que se ignoran o se tratan de eliminar con teorías o métodos “panexplicativos y panresolutores, que no tendrán para ofrecer más que un recubrimiento de la angustia” (Robine, 2002, p.5).

Cuando hablamos de incierto entonces, nos referimos a todos estos fenómenos que tienen que ver con lo ambiguo, lo impredecible o inesperado y evidentemente con la incertidumbre. De manera breve quisiera revisar los conceptos que, en este sentido, aborda la Gestalt como parte fundamental de su teoría y que refuerzan la idea de considerar la complejidad como una de sus principales bases epistemológicas.

a) La incertidumbre

En cuanto a la incertidumbre, podríamos decir que se encuentra presente especialmente en nuestro trabajo práctico como terapeutas. Cuando hablamos de incertidumbre en este contexto, “no quiere decir, no tener certezas, (...) puedo saber desde dónde parto, pero no hay forma de saber con certeza a dónde llegaré (Fernández, 2011, p.131). Se refiere a una incertidumbre que emerge del campo y por lo tanto es “un estado que compartimos el paciente y yo” (p.132).

En resonancia con la propuesta de la complejidad, desde la Gestalt podemos decir en palabras de Francisco Fernández que “se trata de cultivar la incertidumbre, de abrazarla, porque solo desde ella podemos crear posibilidades inéditas” (p. 134).

Otra manera de mirar la incertidumbre en el contexto terapéutico, es cuando llega el momento del impasse, que se refiere al “momento del proceso de la terapia donde la persona se da cuenta de que para avanzar tiene que arriesgarse a dejar la seguridad de sus pautas habituales de sobrevivencia, para encontrar sus nuevos recursos. Dejar la seguridad de lo conocido por lo desconocido” (Unikel, 2004, p.65).

Finalmente me parece que un aspecto más en el que podemos ver presente la incertidumbre es en la actitud fenomenológica que nos invita a aceptar que “nuestro punto de partida, es siempre el no-saber, el reconocimiento de un cierto nivel de inocencia con

respecto a la realidad, la cual siempre mantendrá un buen grado de misterio frente a nosotros; y que nuestro punto de llegada, aun conociendo un poco más, seguirá siendo una perspectiva que no se corresponda por completo a LA realidad” (Martínez, 2012, p. 167).

b) La agresividad

Un aspecto que puede entrar dentro de lo que se intenta esquivar, y que generalmente no es bienvenida, por juzgarla de “negativa” es la agresividad, ésta tiene un lugar muy importante para la Psicoterapia Gestalt; al punto de afirmar que “la agresividad es sana por naturaleza y está al servicio de la vida” (Miller y From en Vázquez, 2011, p. 114). Si bien es cierto que de inicio esta afirmación puede ser cuestionable, podemos ver las distintas perspectivas que le dan sustento.

Por un lado, “el proceso del ajuste creativo a un nuevo material o a nuevas circunstancias incluye siempre una fase de agresión y de destrucción ya que es mediante el acercamiento, la apropiación de y la alteración de las estructuras antiguas como lo desigual se convierte en igual”. (PHG, 2006 p.12-13). Es lo que podemos llamar el proceso de construcción-destrucción de Gestalts.

Por otro lado, “la agresividad es una herramienta de transformación de la situación” (Vázquez, 2011, p.114), gracias a la agresividad podemos enfrentar los retos, retirarnos de lo que nos hace daño, transformar una situación o crear algo nuevo.

Como podemos ver, la agresión es fundamental, por eso es tan importante dar espacio a cuestionar los conceptos, a masticar la teoría y a enfrentar nuevos retos, por ejemplo el reto que implica desarrollar un taller de sensibilización o pasar a hacer prácticas terapéuticas delante de un grupo y un facilitador, son propuestas pedagógicas de la formación que requieren que los alumnos hagan uso de su agresividad para enfrentarlo.

c) El conflicto

Desafortunadamente la mayoría estamos permeados por el sentido clásico del término conflicto que comparte la sociedad con valores hedonistas que hoy nos caracteriza; el cual, considera que el conflicto es “malo” por naturaleza y debe disolverse. Lo malo del conflicto, desde esta perspectiva, radica en que gasta energía y provoca sufrimiento, excita a la agresión o destrucción (malas también), o que alguna de las partes debe ser eliminadas o sublimadas, etc. (PHG, 2006).

La propuesta de la Gestalt respecto al conflicto es desafiante, en tanto que lo mira como “una iniciativa que podría cambiar el statu quo” (p. 165) y en este sentido es una oportunidad de crecimiento. Puede ser visto como un desafío, en la medida que se presenta como “algo que hay que resolver a través de la expresión y de un buen contacto” (p.31).

PHG, hablan incluso de que “no es inteligente apaciguar el conflicto, ni suprimir o interpretar las fuerzas en oposición, ya que se impedirá la destrucción y la asimilación completas y se condenará al paciente a un sistema débil y nunca perfectamente auto-regulado” (PHG, 2006, p. 171).

Algunos de los beneficios de poder atravesar el conflicto, desde esta nueva mirada son: la individuación, la asimilación de los introyectos, la externalización de las retroflexiones y la verificación e integración de las proyecciones. (Robine en Duckles, 2011, p. 34). Así como también, la posibilidad de conocer aspectos desconocidos de nosotros mismos y de flexibilizarnos y ampliar nuestras fronteras (p. 34).

d) La novedad

La perspectiva Gestáltica le da un lugar especialmente importante a la novedad, ya que considera que “el contacto –y luego, el crecimiento- sólo ocurre ante la novedad.” (Fernández (a), s.f.). Es decir, si no nos enfrentamos a la novedad no tenemos muchas posibilidades de crecer.

Una forma que me parece hermosa de plantear la postura de la Gestalt ante la novedad es la de Sylvie Schoch que dice que “estamos en crecimiento cuando dejamos cada vez más sitio a lo que no es nosotros” (2000, p.90). Es decir, aquello diferente, que en ocasiones puede sorprenderme, atraerme, asustarme, confrontarme, y que no soy yo.

Quisiera precisar que la novedad para la Gestalt, no necesariamente significa aquello extraordinario o escandalosamente diferente, sino también la novedad de la otredad humana que se presenta cotidianamente delante de mí.

Ahora bien, me sumo a las palabras de Francisco Fernández cuando dice que no basta estar ante lo nuevo, ante lo que no soy yo para aprender, hace falta que aquello otro no permanezca afuera, sino que entre en mí, tenga efectos en mí, me afecte, deje una huella, una marca o una cicatriz ((a) s.f.). Para que esto suceda, me parece importante generar las condiciones propicias en el contexto del encuentro, lo cual implicaría entre otras cosas bajar el ritmo, “sedimentarnos”, observarnos, sentirnos y escucharnos, ser curiosos del otro y quizás mirar con sus ojos por un momento. En otras palabras, crear una danza con nuestras diferencias.

e) El vacío

Para terminar con este apartado de los aspectos que la Teoría Gestalt incluye como una forma de dar espacio a lo incierto voy a retomar el tema del vacío.

El vacío al que se refiere la Gestalt, está especialmente vinculado con el proceso terapéutico y también con la vivencia del final de los ciclos significativos.

Así por ejemplo, cuando Perls habla de vacío, se refiere más específicamente al vacío fértil, el cual implica que la persona pueda vivenciar al máximo su confusión y pueda darse cuenta de todo lo que llame su atención (Perls, 2011, p.100).

Otra manera de comprender el vacío es a través de la mirada de Delacroix, quien nos dice que toda destrucción de una Gestalt supone encontrarse con el vacío, la muerte, el duelo, cuando una Gestalt se destruye esto supone la pérdida de algo, la desaparición, el fallo de un mecanismo o de un conjunto de mecanismos que fueron en su momento fieles compañeros de la historia, cómplices, seguros en los intentos para sobrevivir a pesar de todo (Delacroix, 2004).

6. El principio de recursividad organizacional

Este principio de la complejidad, se refiere básicamente a que somos al mismo tiempo productos y productores. Edgar Morin lo explica de esta manera: “somos los productos de un proceso de reproducción anterior a nosotros. Pero, una vez que somos producidos, nos volvemos productores del proceso que va a continuar” (Morin, 2001, p.106). Un ejemplo muy claro en el que podemos ver reflejado este principio es que “los individuos producen a la sociedad que produce a los individuos” (p.107).

Lo más significativo de este principio es que “cuestiona la idea lineal que tenemos de causa-efecto o de productor-producto y nos invita a reconocer que siempre hay una co-participación en un ciclo auto-constitutivo o auto-productor” (p.107).

Me parece que este principio también podría tener cierta resonancia en nuestra teoría Gestalt en lo que se refiere al modo-medio. La idea del modo medio, “hace alusión a la voz media del griego clásico y se refiere a una actitud a la vez activa y pasiva en donde el sujeto ni actúa ni es actuado, sino las dos cosas a la vez y ni lo uno y lo otro” (Schoch, 2000, p.45).

Para explicarlo PHG ponen el ejemplo del “artista que es completamente consciente (aware) de lo que está haciendo; cuando ha terminado la obra, puede explicar las etapas con detalle. No es no consciente de su tarea, pero tampoco la está calculando de forma especialmente deliberada. Su consciencia inmediata está en una especie de modo medio, ni activo, ni pasivo, que acepta las condiciones, se concentra en la tarea y progresa hacia la solución” (PHG, 2006, p.29).

Esta característica del modo medio se asocia con las propiedades del self, el cual es a la vez activo y pasivo, voluntad y sumisión, “espontáneo en voz media” (p. 193). Al mismo tiempo nos habla de “la posición de frontera en la cual es colocado, nunca solamente del lado del organismo, ni tampoco solamente por el lado del entorno” (Spagnuolo, 2002, p. 105), no solo producto de la situación, ni solo productor de la situación, no solo un self que actúa sino que al mismo tiempo experimenta la acción.

La propuesta del self de la Psicoterapia Gestalt también implica un cambio profundo en nuestra cosmovisión, ya que pasamos de la noción tradicional y moderna de identidad, que pone énfasis en la continuidad y el sujeto, para pasar a la perspectiva que pone el acento en la evolución de los contextos, que reconoce la flexibilidad del self, siempre situacional y en movimiento, (Robine, 2006) es decir, que tiene una concepción espacio temporal del self.

7. El principio hologramático

El principio hologramático está presente en el mundo biológico y en el mundo sociológico, se refiere a que “el menor punto de la imagen del holograma contiene la casi totalidad de la información del objeto representado. No solamente la parte está en todo sino que el todo está en la parte. (...) Cada célula de nuestro organismo contiene la totalidad de la información genética de ese organismo. Esta idea trasciende al reduccionismo que no ve más que las partes, y al holismo que no ve más que al todo” (Morin, 2001, p.107).

Ahora bien, “el hecho de que la parte está en el todo y el todo en la parte, no significa que sea la parte la que le da significado al todo, sino que solamente lo influye, es más bien el todo el que imprime significado a la parte” (Martínez, 2004, p. 104).

Si lo vemos desde la Gestalt, podríamos decir que este principio está presente en la compleja relación organismo/entorno. Para explicarlo mejor quisiera retomar las palabras de Delacroix:

El organismo que somos es una creación del entorno cercano, lo social y del distante, un proceso evolutivo que ha comenzado hace quince mil millones de años. Entonces, de inmediato, aquí y ahora, soy polvo de estrellas, soy esas primeras moléculas que han aparecido en la historia del universo, soy las primeras formas animales que han habitado el planeta tierra, (...) Soy todo eso aquí y ahora, soy la historia desconocida, soy una de las formas que adopta la materia en este momento de la evolución, y esta forma contiene el todo (Delacroix, 2008, 104).

En el contexto terapéutico o educativo, me gusta pensar, como lo plantea Martínez, que “cuando trabajamos con un individuo o grupo, estamos trabajando, hasta cierto punto, con la humanidad completa, de la cual, también nosotros formamos parte” (2004, p. 104).

8. La auto-eco-organización

Otra de las ideas claves del paradigma de la complejidad es la de auto-organización, más precisamente la de auto-eco-organización, la cual está relacionada con los sistemas abiertos, especialmente con los sistemas vivientes cuya existencia y estructura dependen de una alimentación exterior (Morin, 2001, p. 43). La auto-organización se refiere a que estos sistemas tienden a organizarse de manera automática, buscan su propio orden dentro del caos (Martínez, 2004, p. 105).

Un aspecto importante en relación a la auto-organización de los sistemas abiertos, es que sus leyes de organización no son de equilibrio, sino de desequilibrio, también podríamos decir que se trata de un dinamismo estabilizado (Morin, 2001, p.44). Esto significa que para que un sistema viviente se auto-organice y sobreviva, algunos constituyentes deben morir y renovarse, es decir su existencia no depende de un equilibrio permanente, sino de un desequilibrio producto de una reconfiguración dinámica constante.

Morin, incluye el prefijo eco para precisar que “el sistema auto-eco-organizador no puede bastarse a sí mismo, no puede ser totalmente lógico más que introduciendo en sí mismo, al ambiente ajeno. No puede completarse, cerrarse, bastarse a sí mismo” (p. 59). Lo cual nos recuerda la mirada siempre relacional.

La resonancia de esta idea en la teoría Gestalt tiene que ver con el concepto de auto-regulación organísmica, que se refiere a “la función natural del organismo de responder espontáneamente a la búsqueda de la satisfacción de sus necesidades, la cual ocurre normalmente de manera inconsciente buscando el balance en cualquier forma que le sea posible” (Muñoz, 2004, p. 49).

Podríamos decir que en la psicoterapia buscamos que esta auto-regulación organísmica sea cada vez más

espontánea, ajustada a la situación y al mismo tiempo creativa. Por otro lado, en el ámbito educativo tenemos una gran confianza en la autorregulación de los grupos.

9. Transdisciplinariedad

Por último, me gustaría retomar la idea de transdisciplinariedad a la que nos llama el pensamiento complejo. Para entender este concepto, quizás convenga distinguirlo de la interdisciplina y la pluridisciplina.

La interdisciplina se refiere a la transferencia de los métodos de una disciplina a otra con el fin de ampliar los descubrimientos posibles. La pluridisciplina, por su parte, se refiere al diálogo entre perspectivas con la intención de complementar y enriquecer la mirada sobre un mismo fenómeno, algunos autores también nombran este fenómeno como multidisciplina. La transdisciplina es más radical, y pone el acento en aquello que va más allá y está entre las disciplinas. Nos invita a construir una mirada global sobre los fenómenos, capaz de dialogar con la diversidad de los saberes humanos (Morin, s.f.).

Al respecto de este primer punto, podemos decir que la Psicoterapia Gestalt es una propuesta que deviene de un diálogo pluridisciplinario que incluye la filosofía (existencialismo y fenomenología), el arte (estética y psicodrama), la psicología (psicología de la Gestalt), el psicoanálisis (Freud, Rank, Reich, Jung, etc.), las filosofías orientales (taoísmo y budismo) etc. Al mismo tiempo, podemos considerar que la práctica terapéutica es transdisciplinaria en tanto que promueve una mirada integral del ser humano.

Por otro lado, el movimiento hacia la transdisciplinariedad implica, entre otras cosas, abrirnos a la "migración de conceptos, la cual ha permitido a las disciplinas des-asfixiarse, destrabarse" (Morin, 2001, p.161). Si pensamos de nuevo en la Gestalt, podremos ver que a nivel teórico, hay una gran cantidad de conceptos que hemos traído de diversas disciplinas para ver más allá de ellas. Así por ejemplo tenemos el concepto de Campo de la física, Figura-Fondo de la psicología Gestalt, autorregulación orgánica de la biología, vacío fértil del budismo, homeostasis de la fisiología, etcétera. Lo cual nos hace pensar que teóricamente vamos transitando de la pluridisciplina a la transdisciplina.

La diversidad de enfoques disciplinarios que conforman nuestras bases, hace posible un encuentro de miradas, un reconocimiento de la diversidad y un diálogo que enriquece nuestra aproximación para ver o tratar cualquier fenómeno, así mismo, permite que dentro de nuestra comunidad haya psicoterapeutas que ponen un mayor énfasis en distintos aspectos y moldean su trabajo con diferentes matices, lo cual nos permite reconocer, respetar y aprender de todas las diferencias.

El reto educativo para enseñar una teoría compleja

Ahora cabría preguntar: ¿de qué nos sirve relacionar la teoría de la Psicoterapia Gestalt con el paradigma de la complejidad? Me parece que la relevancia de esta coincidencia es contar con más recursos teóricos y pedagógicos para comprenderla, integrarla, cuestionarla, repensarla, enseñarla, sin perder de vista

su complejidad. Sería una especie de "meta-referencia" epistemológica similar a las meta-referencias filosóficas y antropológicas que nos da la fenomenología, el existencialismo o el humanismo.

Por otro lado, el paradigma de la complejidad implica también una propuesta pedagógica, que considero en mucho puede contribuir al ámbito educativo. Es la propuesta de siete saberes fundamentales que se proponen para la educación del futuro (Morin, 1999) y que podrían complementar y, en otros casos, confirmar nuestro que hacer como facilitadores del enfoque Gestalt, en tanto que promueve:

1. Cuestionar las cegueras del conocimiento
2. Desarrollar la aptitud natural para ubicar toda la información en un contexto
3. Enseñar la unidad compleja de la naturaleza humana
4. Desarrollar una conciencia de unidad
5. Enfrentar las incertidumbres
6. Promover la comprensión, el diálogo y el encuentro
7. Fomentar la ética del género humano.

A su vez, desde el contexto psicoterapéutico, Fernández ha reflexionado sobre lo que podría ser una propuesta educativa desde la Gestalt, la cual nos da mucha luz sobre la implicación de diversos "principios" Gestálticos en el espacio formativo. Entre otras cosas propone que sea una experiencia educativa que incluya la posibilidad de atender la situación, de mirar e incluir la riqueza de la función ello, que integre la capacidad de elección y agresión, que valore la diferencia y aprenda del conflicto, que implique la relación y la presencia y que ponga atención en el proceso, incluya la incertidumbre y de lugar a la belleza y a la estética ((b) s.f.).

Como un intento de sumarme a ambas propuestas, y con el propósito de sostener y transmitir la complejidad de nuestra teoría, diría que como facilitadores estamos invitados a:

- No temer la complejidad que incluye contradicciones, diversidad de puntos de vista, múltiples perspectivas, errores, incógnita.
- Desglosar e integrar los conceptos, primero para comprenderlos a profundidad y luego para contextualizarlos nuevamente en relación con la teoría más amplia
- Masticar continuamente la teoría, en especial los macro-conceptos o conceptos dialógicos que implican una paradoja
- Incluir las diferencias de perspectivas, de definiciones de un mismo término, como una forma de dialogar y de aprender a tomar posturas
- Permitir la confusión que naturalmente sucede ante un cambio de paradigma tan radical, y al mismo tiempo recordar que será algo temporal y que luego vendrá una nueva comprensión
- Abrazar la incertidumbre de no tener respuestas únicas, de no saber cuál es la "verdadera" perspectiva, del propio proceso
- Despertar la autocrítica de un conocimiento vivo, que nos permita seguirnos reinventando y renovando
- Reconocer lo inacabable y parcial del conocimiento, para seguir motivados a continuar

trabajando y desarrollando nuestra teoría y para tener siempre una actitud humilde de reconocer el no saber. Para integrar estas propuestas en el contexto educativo es importante favorecer el diálogo y las reflexiones grupales que buscan intercambiar puntos de vista, despejar cuestionamientos y hacer críticas reflexivas y argumentadas.

Finalmente, puedo decir que hacer este ejercicio reflexivo me permitió reconocer lo vasto, complejo, profundo y diverso de nuestro enfoque. Además, me alentó mucho constatar que tanto nuestra propuesta teórica como nuestro trabajo formativo, resuenan con un nuevo paradigma científico y educativo y se suman a la intención de enriquecer nuestra forma de ver el mundo y de generar conocimiento, así como también de renovar los objetivos del conocimiento, los cuales, en nuestro caso no tienen que ver solamente con formar terapeutas, sino con ampliar nuestra conciencia, crecer y transformar nuestra vida como seres humanos.

Referencias

- Carreón, A. (2012). *Masticando el introyecto de la ciencia. Aportes críticos para repensar el conocimiento científico*. En Figura Fondo. Núm. 32. México: IHPG.
- Delacroix, J. M. (2004). *A propósito del vacío*. En Figura Fondo. Edición especial 1. México: IHPG.
- Delacroix, J. M. (2009). *Encuentro con la Psicoterapia. Una visión antropológica de la relación y del sentido de la enfermedad en la paradoja de la vida*. Chile: Cuatro Vientos.
- Duckles, A. (2011). *Manejo del conflicto desde el marco de la psicoterapia Gestalt*. En Figura Fondo. Edición especial 3. México: IHPG.
- Fernández, F. (2011). *Cultivar la incertidumbre*. En Figura Fondo. Edición especial 3. México: IHPG.
- Fernández, F. (a) (s.f.). *La inquietante irrupción del otro. Reflexiones sobre la alteridad en la terapia y en la educación*. (En prensa).
- Fernández, F. (b) (s.f.). *Dejar sitio a lo que no es nosotros. Intentando una propuesta educativa desde la Gestalt*. (En prensa).
- Francesetti, G. (2015). *De la sintomatología individual*. Figura Fondo, Edición de Oro, México: IHPG.
- Martínez, Y. (2004). *Teoría del Caos y Psicoterapia Gestalt. Nuevas aproximaciones a la configuración de la totalidad. Un voto a favor del indeterminismo*. En Figura Fondo. Edición especial 2. México: IHPG.
- Martínez, Y. (2012). *Psicoterapia Existencial. Teoría y práctica relacional para un mundo post-Cartesiano*, Vol.1. México.

- Morin, E. (1999). *Los Siete saberes necesarios para la educación del futuro*. México: UNESCO.
- Morin, E. (2001). *Introducción al pensamiento complejo*. España: Gedisa.
- Morin, E. (2005). *El paradigma perdido*. Barcelona: Kairós.
- Morin, Edgar (2011), *La vía para el futuro de la humanidad*, España: Paidós.
- Morin, E. (s.f.). ¿Qué es la transdisciplinariedad? Recuperado de <http://www.edgarmorin.org/que-es-transdisciplinariedad.html>.
- Muñoz, Myriam (2004). La psicoterapia Gestalt y el Nuevo paradigma científico. En Figura Fondo. Edición especial 1. México: IHPG.
- Perls, Fritz (1982) *Yo, hambre y agresión*. México: FCE.
- Perls, F. Hefferline, R. Goodman, P. (2006), *Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana*. España: CTP.
- Perls, F. (2011), *El enfoque gestáltico y testimonios de terapia*, Chile: Cuatro Vientos.
- Robine, J. M. (2002). *Contacto y relación en Psicoterapia*. Chile: Cuatro vientos.
- Robine, J. M. (2006). *Manifestarse gracias al otro*. Madrid: CTP.
- Schoch, S. (2000). *La relación dialogal en terapia Gestalt*. España: CTP.
- Spagnuolo, M. (2002). *Psicoterapia de la Gestalt. Hermenéutica y clínica*. España: Gedisa.
- Unikel, A. (2004). *Asumir el riesgo del cambio: vivir el "impasse"*. En Figura Fondo. Edición especial 1, México: IHPG.
- Vázquez, C. (2011). *Cuando la vida se convierte en bolero. Las crisis y los conflictos. Un análisis desde la terapia Gestalt*. En Figura Fondo. Edición especial 3. México: IHPG.
- Wheeler, G. (2005). *Vergüenza y soledad. El legado del Individualismo*. Chile: Cuatro Vientos.
- Yontef, G. (2009). *Proceso y Diálogo*. Chile: Cuatro Vientos.

Curriculum

Maestra del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt en México.
Lic. en Comunicación- Mtra. en Antropología Social.
Psicoterapeuta Gestalt con especialidad en movimiento en la frontera de contacto, sexualidad y trabajo corporal.
Correo de contacto: vvaldesteja@gmail.com

Fecha de entrega: 2/5/16

Fecha de aceptación: 2/6/2016

