

INVESTIGACIÓN SOBRE LAS CONCOMITANCIAS ENTRE EL ZAMBRANIANO FILOSÓFICO Y LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y COMPROMISO

*RESEARCH ON THE SIMILARITIES BETWEEN THE
PHILOSOPHICAL AND ZAMBRANIAN ACCEPTANCE
AND COMMITMENT THERAPY*

José Barrientos Rastrojo*

Universidad de Sevilla
Sevilla-España

*Recibido 10 de septiembre 2009/Received September 10, 2009
Aceptado 7 de junio 2010/Accepted June 7, 2010*

RESUMEN

Ciertas terapias psicológicas se han basado en doctrinas filosóficas, muestra de ello es la base epictetea de la terapia racional emotiva de Albert Ellis y de la terapia cognitiva o la reclamación de la filosofía de la sospecha de las bases freudianas de psicoanálisis. Por otra parte, la filosofía ha reivindicado la recuperación de su papel como arte de vivir (Marinoff 2002a, 2002b; Hadot 1995), identificándose en ella contenidos y estrategias que mejoran las condiciones de sujetos con dificultades personales. Nuestro artículo investigará una de estas formas terapéuticas que hunden sus raíces en los contenidos filosóficos de amplias corrientes de pensamiento (estoicismo) y en filósofos específicos (María Zambrano). La coincidencia entre los planteamientos de la pensadora española, fallecida en 1991, y los estudios de

* Calle Manuel Alonso Vicedo, 10. Urbanización Simón Verde. C.P. 41927 Mairena del Aljarafe. Sevilla, España. E-mail: barrientos@us.es

los principales representantes de la Terapia de Aceptación y Compromiso que, en España, comenzaron a principios de la presente década, aparte de desconocidos, subrayan las relaciones entre la filosofía y la psicología. Nuestro trabajo pondrá de manifiesto sus correspondencias.

Palabras Clave: Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), María Zambrano, Abismamiento, Desesperanza Creativa, Sentir-Hacer-Pensar.

ABSTRACT

Some psychological therapies are based on philosophical theories. This is the case of Albert Ellis' Rational Emotive Behaviour Therapy or Cognitive Therapy, both of them are grounded on the philosophy of Epictetus. Furthermore, the roots of Freudian Psychoanalysis are said to belong to the philosophy of suspicion. On the other hand, today philosophy has claimed that it was an art of living (Marinoff 2002a. 2002b; Hadot 1995) and it has defended that ancient philosophy included strategies that improve the conditions of people in conflict.

Our article will study one therapy (Acceptance and Commitment Therapy) that has Philosophical roots (stoic, utilitarian and zambranian basis). The coincidence between the ideas of the Spanish thinker María Zambrano and the Acceptance and Commitment Therapy, started in Spain in the earlies 2000, underlines the relationship between philosophy and psychology. Our work will emphasize this point.

Key Words: Acceptance and Commitment Therapy (ACT), María Zambrano, Abismamiento, Creative Hopelessness, Being-Doing-Thinking.

1. INTRODUCCIÓN. DE LA PSICOLOGÍA A LA FILOSOFÍA Y VICEVERSA

Desde sus comienzos históricos, los psicólogos han vivido una posición dual que se mantiene en el presente. Por una parte, ha demandado un puesto *propio* de índole *científica* apartado de la filosofía. Resultado de este deseo ha sido la emancipación que los estudios de psicología han obtenido respecto a

las Facultades de Filosofía, el desarrollo de metodologías basadas en la experimentación y la estadística o la alzada de posturas objetivistas útiles en la creación de diagnósticos y su aplicación a la sintomatología de los pacientes.

Al otro lado, muchas corrientes psicológicas recuerdan su deuda de la filosofía y no pierden su contacto con ella, sobre todo a la hora de generar el fundamento básico de sus terapias. Ese es el caso de la terapia racional emotiva (Ellis, 1997, 2009; Obst 2009) basada en los principios maestros de la filosofía de Epicteto: lo que hace sufrir al sujeto no es la realidad sino la imagen que se forja de ésta¹, por tanto, si se modifica la forma de *ver* la realidad (sobre la que incide nuestras creencias), nuestras actitudes y emociones hacia la misma serán distintas (Ruiz Sánchez, J.J. - Cano Sánchez, J.J., 2002). Añádase a esto que la terapia cognitiva se establece sobre el argumento de que un cambio en las ideas dominantes del sujeto conducirían a un cambio en sus actitudes o emociones vinculadas a ciertas experiencias, idea de raíz eminentemente epictetea.

En el otro frente, la filosofía ha reclamado en las últimas décadas campos propios que inciden en la mejora de las capacidades críticas del sujeto, produciendo resultados que hasta hace unos años estaban reservados exclusivamente a la pujante psicología. Así, se ha constituido la Filosofía Aplicada, Orientación Filosófica o Consultoría Filosófica. Este campo, en alguna ocasión, se ha nutrido de los resultados de la psicología, por ejemplo, la primera tesis doctoral sobre Filosofía Aplicada aludió a la evidencia científica de la terapia cognitiva para justificar su propia efectividad².

A estos dos periplos convergentes se une la existencia de psicólogos que han partido de su propio campo para hacer descubrimientos inscritos en el vecino: la inteligencia emocional de Goleman (Goleman 2004), las conclusiones de algunas obras de

¹ Epicteto, 2004, pp. 17-19.

² Barrientos, 2005, pp. 83-84.

Jorge Bucay (Bucay 2003) o la generación de terapias psicológicas de base netamente filosófica como la terapia orteguiana desarrollada por Ricardo Aranovich (Aranovich, 2000, 2002).

En esta comunidad de contenidos disciplinares, a veces, se ha arribado en una preocupante con-fusión: el desconcierto del lector y del estudiante de textos escritos por filósofos que hacen psicología, y viceversa, con profundo desconocimiento de su disciplina vecina. En esos casos, se ha creído “descubrir América” cuando hacía siglos que estaba poblada de comunidades indígenas. A continuación, reseñamos una de estas experiencias psicológicas que avanza conclusiones con tintes de la novedad por su desconocimiento del pensamiento de una autora que, curiosamente, nació a escasos trescientos kilómetros (tres horas) del foco inicial de la Terapia de Aceptación y Compromiso (a partir de aquí la denominamos ACT).

La comparación entre las notas básicas de ACT y la teoría de la filósofa española María Zambrano nos servirá como hoja de ruta para descubrir cómo Filosofía y Psicología siguen describiendo, en el siglo XXI, rutas paralelas, a pesar de su divorcio en épocas anteriores.

2. BREVE NOTA SOBRE LA VIDA Y OBRA DE MARÍA ZAMBRANO Y SOBRE ACT

2.1. María Zambrano desde el abismamiento

María Zambrano (Vélez-Málaga, 1904-Madrid, 1991) es la pensadora española más destacada de la contemporaneidad. Fue discípula de José Ortega y Gasset y partió de la razón vital de su maestro para desplegar su idea de una razón poética. La razón poética constituye una crítica de la razón cartesiana o hegeliana, basadas en el sistema lógico-argumental, y propone una comprensión de la realidad más cercana a la vida y con mayor capacidad para profundizar en sus dimensiones esenciales.

La filosofía, para Zambrano, se identifica con el desciframiento del sentir originario de cada sujeto. Así, estamos frente a una herramienta de utilidad ontológica y existencial antes que meramente epistémica, es decir, la filosofía sería no sólo el producto sistemático escrito por un pensador sino el aparejo que ayudaría a la persona a trascender los niveles de conocimiento personal que ocupa en cada fase de su vida. Esa trascendencia dependía de dos elementos: caminar sin apartarse del centro de autenticidad, o sea, no falsear el propio camino de desarrollo y no abandonar el horizonte al que debería proyectarse, esto es, no caer en un ensimismamiento que colapse el propio futuro. Dicho en términos zambranianos, el sujeto se asemejará al aroma de una flor: no se aleja del cáliz (centro) de la flor y se extiende por toda la atmósfera (horizonte)³.

En ese desciframiento del sentir originario, en ese reconocimiento de lo que somos, se ha de superar una serie de etapas, que incluyen obstáculos que impiden el avance y provocan crisis en el sujeto. La salida a esos apuros existenciales se opera a través del “abismamiento”⁴ que, como veremos, coincide en gran medida con la idea de aceptación de lo sucedido (una suerte de *amor fati*) de ACT.

2.2. ACT: alternativa a la negación

Cuando se publica el primer artículo sobre ACT, Zambrano cuenta con ochenta años, en 1984, y el primer libro se edita tres años más tarde⁵, cuatro años antes del fallecimiento de nuestra pensadora. Pasarán casi quince años hasta que María del Carmen

³ Zambrano, 2007, p. 151.

⁴ Zambrano, 2002, p. 236.

⁵ “Históricamente considerada, ACT se denominó inicialmente *Comprehensive Distance Therapy* (Hayes, 1987), presentándose en 1991 un pequeño manual de ACT que tuvo ulteriores versiones en 1995 y 1999, hasta la aparición a finales de 1999 del manual ACT publicado por Hayes, Stroshal y Wilson” (Luciano Soriano, M.C. & Wilson, K., 2002, p. 97).

Luciano Soriano, profesora de la Universidad de Almería, introduzca la metodología en España. En 2001 edita un primer libro de casos (Luciano Soriano, 2001) ayudada por un conjunto de alumnos y colegas de investigación. Un año más tarde firma el único manual que existe en nuestro país sobre la disciplina junto a Kelly G. Wilson, profesor asistente en la Universidad de Mississippi y director del *Centro para Psicología Contextual* (Luciano Soriano & Wilson, 2001). Al día de hoy, Luciano Soriano dirige cursos de doctorado sobre ACT y ha coordinado varios proyectos de investigación en I+D+i pioneros en su especialidad.

ACT constituye una respuesta creativa frente a los tratamientos de las terapias psicológicas actuales. Ante un paciente que evite sistemáticamente un acontecimiento, ACT propondrá enfrentar directamente el hecho aversivo en lugar de (1) escapar de él mediante fármacos o (2) anularlo mediante estrategias psicológicas. La aceptación del acontecimiento y el compromiso con una respuesta diferente a la huida constituirán los pilares para la curación del sujeto. Estas breves notas comienzan a abrir las concomitancias entre el abismamiento zambraniano y ACT, apuntes que ampliaremos más adelante.

Los textos de Luciano Soriano patentizan que la autora ha leído algunas obras de la rama filosófica más cercana a las relaciones de ayuda: la aludida Filosofía Aplicada u Orientación Filosófica⁶. Sin embargo, su lectura se nos antoja sesgada y poco profunda, puesto que incluye al Asesoramiento Filosófico en el grupo de las terapias cuando gran parte de los teóricos de esta disciplina enfatizan su posicionamiento frente a ellas (Schuster, 1999; Raabe, 2001). Análoga evaluación nos merecen sus citas de otros filósofos de la historia del pensamiento como Sócrates (diálogo socrático)⁷, Epicuro⁸, Epicteto⁹, Russell¹⁰, Ryle,

⁶ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 30.

⁷ *Ibidem*, p. 182.

⁸ *Ibidem*, p. 34.

⁹ Luciano Soriano & Wilson, 2002, pp. 34, 137 y 203). El uso de Epicteto, y del estoicismo en general, es también abundante en la Filosofía Aplicada (por ejemplo, en Martín Linares 2006; Cavallé Cruz, 2003; Matilla, 2001).

¹⁰ Luciano Soriano & Wilson, 2002, pp. 29-30 y 34.

Wittgenstein¹¹ u Ortega y Gasset¹², pues todos ellos funcionan en su teoría a modo de ornamentación paisajística y cuando fundamentan algunas de sus aseveraciones, el contacto con los cimientos es tan débil que resulta extraño poder designarlos como auténticos basamentos de sus intuiciones. En cualquier caso, es de agradecer que la autora no se incluya en el grupo de psicólogos que marginan totalmente la filosofía provocando profundas lagunas en sus edificios teóricos o “descubrimientos de continentes ya realizados”.

3. PARECIDOS RAZONABLES

3.1. Primera simultaneidad: objetivos de la ACT

ACT determina el objetivo del terapeuta en los siguientes términos:

Que el cliente camine por su vida, discerniendo entre lo que puede y quiere cambiar, y lo que no es objeto de cambio y aprendiendo a estar abierto o dispuesto a las funciones verbales de los eventos privados en su compromiso con las elecciones dirigidas a sus valores. Se trata, pues, de cambiar la atención del cliente desde la fusión con el contenido verbal aversivo a lo importante en su vida, siendo justamente esto último lo que le permitirá la aceptación (alterando las funciones verbales aversivas) de lo previamente temido (Luciano Soriano, 2001a, p. 11)¹³.

Empecemos con la autonomía. La consulta psicológica clásica dispone de herramientas (DSM) que ayudan al especialista a (1) determinar la afección del paciente y (2) establecer un

¹¹ *Ibidem*, p. 34. Respecto a las relaciones entre la Filosofía Aplicada y Wittgenstein, puede consultarse Ellenbogen, 2002.

¹² Luciano Soriano & Wilson, 2002, pp. 34 y 203.

¹³ Discernir lo que el sujeto puede cambiar y lo que no es una máxima epictetea nodal: véase Epicteto, 2004, pp. 3-11.

tratamiento para su curación. El paciente ACT habrá de recorrer sus propios senderos vitales autónomamente. El terapeuta no indica el camino sino que ayuda a que la persona encuentre su vía personal. Esta forma de descubrir por uno mismo las respuestas es idéntica a la apuesta mayéutica zambraniana localizable en *Filosofía y educación*:

En este caminar hacia sí mismo, en este desentrañar el misterio de mi ser y la vocación que en él anida el educador es el matrono que nos dirá el cómo y el cuándo el educando ha de realizar los esfuerzos del alumbramiento (...). Se trata de que aflore desde la propia entraña del educando el hombre nuevo, la plena realización de su ser (Zambrano, 2007, p. 16).

Ni el terapeuta de ACT dicta un tratamiento, ni el maestro zambraniano determina el camino correcto, por el contrario, el filósofo “no transmite ‘doctrina’: insinúa más que dice, enseña aludiendo, indicando algo, no diciéndolo todo” (p. 32)¹⁴.

La explicación de este posicionamiento es idéntica en ambos. “*El terapeuta nunca podrá recorrer el camino que el cliente elige. Sólo él podrá hacerlo*”, porque el camino es propiedad del sujeto que lo lleva adelante. Para ello, es esencial que el paciente recorra su propio trayecto, implicando la terapia:

Clarificar el rumbo de la vida, perderlo, aprender a darse cuenta cuanto antes (del costo y el beneficio de haber perdido el rumbo) y retomarlo de nuevo como una elección personal (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 102).

Este texto coincide con la idea zambraniana de aquel que escribe una confesión. La confesión coincide con el género literario de aquellos autores que ha vivido una existencia que supone una pérdida existencial y que se han reencontrado con el rumbo acertado¹⁵. Nuestra pensadora apunta a Agustín de Hipona o Jean

¹⁴ Zambrano, 2007, p. 32.

¹⁵ Zambrano, 1995, pp. 25-26.

Jacques Rousseau como ejemplos de esta realidad. Habría, así, una correspondencia entre las confesiones del obispo de Hipona o del filósofo francés y la lectura de la terapia de un paciente de ACT puesta por escrito.

3.2. Segunda simultaneidad: respeto y equidistancia de roles

La postura clásica del terapeuta es la de un sujeto que se ubica en la posición (y posesión) del saber. El paciente acude a la consulta para que el terapeuta haga uso de sus conocimientos superiores para descifrar un diagnóstico acorde a su sintomatología y le proponga un tratamiento que lenifique o extirpe su dolencia. Los roles se juegan en el campo de la superioridad-inferioridad.

A diferencia de lo anterior, y derivado del epígrafe antes citado, el terapeuta ACT no determina la causa del padecimiento sino que ayudará desvelar al paciente por sí mismo su dolencia y a entender sus causas, acto que por sí mismo ya es terapéutico. Por ende, su misión es *validar* “las proclamas y el sufrimiento del cliente, por lo que tienen de valor respecto de lo que quiere su vida” (p. 112)¹⁶. De esta forma, se persigue “minimizar la función del terapeuta como persona superior que lo sabe todo y que “resuelve problemas”” (p. 112).

El especialista en ACT dejará “a un lado el papel de juez a favor del papel de terapeuta” (p. 177)¹⁷.

Zambrano defiende el arte del sigilo del maestro, si cumple de modo correcto su función, el educando no percibirá su acción. “Sólo si lo hace mal, o en forma que rompa los cánones inveterados, se advierte su singularidad” (p. 255)¹⁸. Como se señalaba con anterioridad, el maestro indica o sugiere pero no impone, por

¹⁶ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 112.

¹⁷ *Ibidem*, p. 177.

¹⁸ Zambrano, 2002, p. 255.

ende el silencio es su hábito, “las explicaciones que da suelen ser pocas” (p. 255). En síntesis, tanto ACT como Zambrano son meros facilitadores del acto de andar, no estandarizan camino alguno.

Añádase en la pensadora andaluza una nota de profundidad: “El verdadero maestro enseña al discípulo a saber interrogar; que quizás sea lo más difícil hacer con justeza; de manera que la respuesta, como un pez, salte, o que salte la imposibilidad de las respuestas” (p. 77)¹⁹. He aquí una distinción respecto a ACT. El primer paso del camino de buceo existencial es buscar respuestas a los problemas, labor desenvuelta, también, por ACT. La experiencia permite forjar un segundo nivel de pericia: el sujeto aprende a hacer preguntas, es decir, se convierte en alguien tan hábil como su mentor, se convierte en un maestro. Por tanto, ACT se sitúa en un plano pragmático (buscar una solución a un problema), mientras que Zambrano está en un proceso de trascendencia del sí mismo. Consecuencia: ACT resuelve problemas y Zambrano los disuelve (puesto que su objetivo es alzar al consultante a un nivel en que el cuestionamiento en sí mismo está superado). Sin duda ACT ayuda a un proceso de “maduración” del sujeto, pero en Zambrano habríamos de referirnos a “profundización”.

En línea con este argumento, ni ACT ni Zambrano asumen que están trabajando con *enfermos*. El sujeto del trabajo de la creadora de la razón poética son *personas* que están en camino hacia su trascendencia vital y ACT repite el término “clientes” y no “pacientes” como objetivo de su quehacer. La mirada de los terapeutas ACT se dirige a cuestiones existenciales y axiológicas antes que a patologías, “en vez de mirar hacia los síntomas, la atención será esencialmente dirigida hacia *lo que quieren hacer* [los clientes] *en su vida*” (p. 111)²⁰.

¹⁹ Zambrano, 1970, p. 77.

²⁰ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 111.

3.3. Tercera simultaneidad: la rehabilitación del pensar-sentir-hacer

Zambrano es consciente de que, con frecuencia, el sentir, el pensar, el hacer recorren caminos diferentes. De esa situación, se hacen eco ciertas formas históricas en que se ha escanciado la filosofía; piénsese en la fosa platónica, el *xorismos*, abierto entre el mundo hiperuránico y el sensible o en la creación de grandes sistemas filosóficos que con dificultad encuentran asiento en la vida cotidiana como en el caso del krausismo de Sanz del Río. Las críticas de los propios filósofos sobre la ruptura de la armonía han sido mostradas en diversos momentos históricos; elegiremos a Irvin Yalom para que la resuma por su doble condición de psiquiatra y aprendiz autodidacta de filosofía. Su novela *Quando Nietzsche Chorou* relata la consulta filosófica ficticia entre Nietzsche y Breuer, el maestro de Freud. Este último se queja del aludido desafecto entre la vida palpitante y dolorosa y la filosofía, entre el sentir y el hacer y la racionalidad.

Simplemente una frase como “un momento en el que la tragedia dejará de parecer trágica” no hace que me sienta mejor. Perdóneme, si le parezco impaciente, pero existe un abismo, un inmenso abismo, entre saber algo intelectualmente y saberlo emocionalmente. Muchas veces, cuando me desvelo por la noche, con miedo a morir, recito para mí la máxima de Lucrecio: “Donde la muerte está, no estoy yo. Donde estoy yo, no está la muerte”. He ahí una verdad con una racionalidad suprema e irrefutable. Sin embargo, cuando estoy verdaderamente asustado, ella nunca funciona, nunca calma mis temores. Ese es el fallo de la filosofía. Enseñar filosofía y aplicarla en la vida real son proyectos bastante diferentes (Yalom, 2007, p. 220).

¿Cómo supera la razón poética esta dicotomía? Mediante dos conceptos: la evidencia y la extensión de los límites de la razón lógico-argumental en su anhelo por desvelar la intimidad, el sentir originario de cada individuo.

La senda zambrana es un proceso de descubrimiento antropológico personal. El avance del sujeto en su propio conocimiento implica un progresivo ajuste entre su pensar, su sentir y su hacer, puesto que la pregunta epistémica se convierte en ontológica. Lo importante no es la respuesta sino la transformación que exige el encontrar la contestación. Es lo que sucedía con las preguntas que imponían las religiones místicas griegas: el desafío no era dar con la respuesta correcta sino que, para encontrarla, era preciso “ser otro”, transformarse en un ser superior. Sólo entonces se produce la “evidencia”. La evidencia consiste en una respuesta cuyo contenido cognitivo puede ser escaso, pero su contenido vivencial es transformador o es resultado de la transformación. El sujeto puede experimentar una distancia respecto a las *respuestas* que *deberían* guiarlo en su vida, pero la evidencia es una respuesta que implica la vivencia con lo que hay una coherencia entre el contenido cognitivo de la respuesta (la respuesta en sí) y la vida del sujeto que se ha modificado (su sentir y su hacer). Dejemos que lo diga Zambrano:

La evidencia suele ser pobre, terriblemente pobre en contenido intelectual. Y sin embargo opera en la vida una transformación sin igual que otros pensamientos más ricos y complicados no fueron capaces de hacer (Zambrano, 1995, p. 69).

El terapeuta ACT inquiriere una instancia afín: (1) la clarificación conceptual (de pensamiento) y (2) la incardinación coherente de ese punto dentro de la vida.

El terapeuta ACT tratará de generar las condiciones para que el cliente pueda clarificar sus fines o direcciones en la vida en términos de sus acciones, así como en las condiciones necesarias para alterar las relaciones entre sentir-pensar-actuar que alejan al cliente de lo que quiere en su vida (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 139).

El terapeuta ACT comprende que su cliente está evitando fenómenos que no deberían causarle aversión y que éste es un

modo de adaptarse a la realidad pasada y sellada en su psique. La maduración en nuestra sociedad obliga a esta incoherencia en ciertas facetas de la vida. Existen sujetos autoconvencidos de que los demás hacen juicios erróneos de un defecto personal porque no podía soportar la visión directa de su deficiencia: la mentira es un proceso adaptativo, aunque suponga caer en una mentira, la aversión a ciertos estímulos puede ser un efecto indeseado. El autoengaño pasará de lo consciente a lo no consciente y no se asumirá el principio de realidad. Cuando el fraude se cronifica y se extiende a diversos sectores de la propia vida, el sujeto no podrá evolucionar en su propia existencia y el terreno está abonado para que se presente el, así denominado por ACT, trastorno de evitación experiencial.

Son muchas las personas que emplean la evitación de lo que les produce malestar de una forma cronificada y generalizada y, consecuentemente, viven una vida muy limitada en tanto que este patrón haya terminado por extender el sufrimiento a muchas facetas de su vida, viven envueltos en él con un *coste personal muy elevado en términos de lo que querrían para su vida. Es en tales circunstancias cuando hablamos de trastorno de evitación experiencial (TEE)* (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 139)²¹.

El primer paso para poder crecer es reconocer nuestras imperfecciones. Aquí, ACT y Zambrano encajan: hay que aceptar la situación y a nosotros en ella, por muy dolorosas que se intuyan las consecuencias. Si así se hace, la evidencia zambraniana transformadora y que ayuda a trascender estará acechando.

²¹ Cursivas de los autores. Véase una exposición pormenorizada del TEE en Luciano Soriano, M.C. (2001). Sobre el Trastorno de Evitación Experiencial (TEE) y la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). *Análisis y modificación de conducta*, 27 (113), 317-332.

3.4. Cuarta simultaneidad: uso de la metáfora y la paradoja

Recapitulemos: ACT y Zambrano coinciden en que el sujeto padece a lo largo de su existencia estancamientos, que son los momentos oportunos para el trabajo de ACT y para el abismamiento zambraniano. Esos estancamientos hacen emerger una incoherencia entre el pensar, hacer, sentir y ser: se sabe que la mejor dirección en la vida no es la tomada, pero hay incapacidad para realizar otra. La misión del terapeuta ACT o del filósofo zambraniano es auxiliar en el regreso a la coherencia (o autenticidad), puesto que sólo desde ella se puede crecer o vivir funcionalmente. Esta tarea no se cumplimenta desde la imposición sino desde el acto de espolear a la persona para que descubra un modo de saltarse por encima de sí mismo.

Añadamos otro paralelismo: el uso de metáforas como instrumento para desatar los nudos y confusiones existenciales. La obra de nuestra pensadora está trufada de metáforas, sobre todo las últimas (Zambrano, 1977, 1986, 1989, 1993a, 1993b). Como su propio nombre apunta (“meta” –más allá– y “foros”, transportar), la metáfora pretende trasladar más allá del lugar indicado, sin que ello implique abandonar el punto de partida. Así, se establecerán correspondencias entre los dos lugares aludidos: la palabra inicial y el símil al que apela. En el caso del pensamiento zambraniano, transporta al lector de la realidad diaria o comprensiones superficiales y/o poéticas a ámbitos vitales profundos. Cuando *De la aurora*, señala la aurora no está apuntando a un fenómeno meteorológico, sino a la disposición previa al razonar o al hablar y a sus implicaciones. Cuando se hable de la “palabra balbuciente”, todo un tramado poético sugiere imágenes que nos portean a la experiencia previa al acto de razonar. ¿Por qué este uso en lugar del de la explicación? Porque la vida y sus dimensiones más profundas escapan del concepto y la explicación: el concepto es una malla que *intenta* capturar la realidad pero frustra su intención, puesto que la naturaleza misma del concepto es definitoria,

es decir, limitante y limitadora. La vida, por el contrario, vive en la constante indeterminación, en la plurivocidad de su ser, en el cambio y en la totalidad. La metáfora y la poética son, por tanto, instrumentos que se acomodan mejor a trasladar al sujeto (aunque no explicar) a la esencia de ciertas experiencias. Si el objetivo zambraniano es la trascendencia existencial y vital y la explicación conceptual apenas apela a lo cognitivo, ¿acaso no queda totalmente justificado el uso de la metáfora?

Si ahora nos referimos al sentido de la metáfora en ACT, descubrimos que la funcionalidad que se le adosa es idéntica (aunque queda ausente la fundamentación de su uso):

[Las metáforas] tratan de establecer un contexto verbal donde la racionalidad es cuestionada en ciertas áreas y donde se valida la sabiduría que proporcionan las contingencias directamente experimentadas al margen de las reglas o razones que uno pueda proporcionarse (Luciano Soriano & Wilson 2002, p. 99).

Al amparo de esta teoría, ACT trabaja ciertas experiencias de un modo oblicuo²², el cultivo de aquello que el cliente anhela es representado por el crecimiento de flores en un jardín²³; la frondosidad de las dimensiones humanas que la vida nos va descubriendo es comparada con el acto de andar por las calles de una ciudad²⁴, la evitación se contrasta con el proceso de limpiar incorrectamente un vaso que se opaca por ello²⁵ o la evitación se parangona con la negativa a ir al dentista a pesar de que se conocen sus efectos positivos. Las consecuencias del uso de metáforas son análogas a las zambranianas: trasladan a experiencias que generen en el cliente una reflexión vívida con efectos terapéuticos.

²² Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 99.

²³ *Ibidem*, p. 113.

²⁴ *Ibidem*, p. 115.

²⁵ *Ibidem*, p. 117.

3.5. Quinta simultaneidad: ejercicios experimentales y escritura

Las metáforas tocan la realidad cotidiana del consultante o cliente al transformarse en ejercicios prácticos. La traducción de la metáfora al ejercicio fue parte de nuestra labor doctoral con la consecuente obtención de centenares de tareas para la vida de las que seleccionamos un centenar para nuestra investigación (Barrientos, 2009). Análogamente, Luciano Soriano y Wilson reproducen actividades para la interacción con sus clientes²⁶.

El primer objetivo de ACT consiste en tomar “contacto con el contenido o material psicológico evitado en un contexto seguro, el que provee el yo como contexto de cualesquier contenido o proceso psicológico” (p. 100)²⁷. Lejos de trabajar desde el mundo de las ideas, la realidad se despierta a través de la acción y esto rinde mayores resultados que el trabajo intelectual exclusivamente, puesto que “la experiencia es superior a la discusión, argumentación y reflexión sobre los defectos y problemas que genera el lenguaje, es decir, la vivencia de las funciones verbales es superior a la instrucción y al razonamiento sobre tales funciones” (p. 100).

No explican los autores por qué los efectos de la experiencia son mayores; invitamos en este punto a los autores a beneficiarse de la lectura de nuestra pensadora. La experiencia, según la alumna de Ortega y Gasset, cuando es auténtica, implica dos elementos: (1) la vivencia experimental del suceso y (2) la puesta en contacto con dimensiones profundas del individuo, que lo transforman. Por eso, no es suficiente “experimentar” una situación (haber asistido más o menos pasivamente a ella) sino “tener experiencia” de la circunstancia. La diferencia entre vivir una coyuntura y “tener experiencia” del momento radica en el segundo ingrediente aludido arriba. Sin ese contacto íntimo, no hay transformación ni la

²⁶ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 148.

²⁷ *Ibidem*, p. 100.

experiencia ha servido para nada. Indagar en este punto pondrá en la pista al terapeuta ACT que haya leído a Zambrano de las razones que explican por qué ciertos ejercicios experimentales ofrecen resultados prolijos y otros no. Asimismo, les ayudará a establecer las condiciones mínimas para mejorar la efectividad de las tareas propuestas a los clientes.

Uno de los ejercicios experimentales recomendados por ACT y el zambranismo es la escritura como elemento catártico. María Zambrano explicaba cómo la confesión, entendida como género literario era un medio para exponer el propio proceso que se estaba o se había vivido. Ciertamente es que ACT da más claridad sobre los efectos terapéuticos de escribir, puesto que para Zambrano la escritura se produce después de haber superado el aprieto. Ahora bien, afirmará la filósofa, escribir es más que una ayuda terapéutica, coger la pluma es defender la soledad en que se está²⁸. Enfrentarse a la hoja en blanco requiere ciertas características que Zambrano explica y ACT reproduce décadas más tarde:

Mientras escribe, trate de permitirse a sí mismo experimentar sus pensamientos y sentimientos tanto como sea capaz (...) No gaste tiempo preocupándose por la ortografía, puntuación o gramática. Lo que escriba tiene que ser el flujo de su conciencia, de manera que escriba cualquier cosa que le venga (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 150).

El cliente ha de tomar “conciencia” de su ser no como entidad psicológica sino asumiendo una naturaleza más sencilla. ¿Por qué? Nuevamente la ausencia de fundamentos en ACT. Zambrano responde: porque el sujeto se funde con dimensiones que, en la medida de lo posible, son previas a la racionalidad, que corrige y, en ocasiones, falsea el subsuelo auténtico del ser humano.

²⁸ Zambrano, 2004, p. 35.

3.6. Sexta simultaneidad: el delirio y la exposición como camino

Zambrano y ACT definen el delirio como categoría básica que incapacita al sujeto para avanzar en su trayecto.

El delirio en Zambrano es el que amarró a muchos exiliados de la Guerra Civil Española al recuerdo de lo que podría haber sido una España sin el golpe militar²⁹. El encapsulamiento del republicano en esta visión idílica irrealizada hace que “la persona sufra la ilusión de que el tiempo no pasa para ella; como todo fascinado o hechizado, hasta que un día despierta y ve que ha pasado su tiempo, todo su tiempo” (p. 78)³⁰.

Para ACT, el delirio sentencia un sujeto que “vive el presente sobre la base de la función de los acontecimientos pasados. Casi “vive en el pasado” con una actuación que es la que para él tendría sentido en tal situación pasada” (p. 222)³¹. Por tanto, la persona reaccionará a ciertos estímulos anacrónicamente: aun cuando el estímulo pretérito ha desaparecido, permanecen las respuestas. Imaginemos un sujeto que en su infancia presencié la muerte de un familiar por beber agua de una fuente pública; cuarenta años después, cuando las condiciones sanitarias de su país han asegurado cualquier tipo de surtidor público, se puede mantener la negativa a beber de grifos de plazas. Esto no es un problema mientras no haya cortes habituales de la red pública de aguas y el único modo de obtenerla sea de grifos allende el propio domicilio.

La diferencia entre ACT y el zambranismo radica, nuevamente, en la novedad que supone la descripción ontológica de la pensadora española. El delirio se produce porque no se dio un *tiempo* y un *espacio* al sujeto para vivir la realidad esperada. Así,

²⁹ Paralelamente, muchos krausistas como Giner de los Ríos, en el mismo país que luego vivirá Zambrano, siempre pensaron en la oportunidad perdida que supuso la revolución de 1868.

³⁰ Zambrano, 2004c, p. 78.

³¹ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 222.

el exiliado no dispuso del espacio y del tiempo necesario para sentir la alegría de la libertad de una España republicana colmada de libertades, continuación esperada de la Segunda República Española. De aquí se infieren las vías de sanación del delirante: dar espacio y tiempo para que el que experimentó su ausencia rellene su laguna. Esta terapéutica, si es que queremos llamarla así, reintroducirá en el tiempo cronológico y le permitirá escapar de los obstáculos temporales que impiden dar pasos adelante³². Obviamente, no es posible invertir el sentido del tiempo, pero sí usar recursos que acerquen al sujeto máximamente a la experiencia no vivida. Estamos hablando de la referida metáfora y los ejercicios experienciales.

ACT concluye con un tratamiento gemelar para el delirio: “llevar a cabo exposición con respecto a material psicológico evitado y difícil, tales como temores acerca del futuro y remordimientos por el pasado” (p. 148)³³.

3.7. Séptima simultaneidad: abismamiento y circunambulación

La coincidencia más radical en torno a nuestros dos abordajes surge del modo en que terapeutas ACT y filósofos zambranos defenderían la emergencia de lo no dado, la estrategia para solventar la salida del atolladero existencial al consultante o cliente. ACT inserta su respuesta en su designación: aceptación y compromiso.

María Zambrano utiliza esta estrategia (aceptación y compromiso, o mejor abismamiento) con amigos y familiares que habían padecido crisis personales graves: las *Cartas de la Pièce* lo aplica a Agustín Andreu en su atolladero religioso (Zambrano, 2002), las epístolas remitidas a María Luisa Bautista aplica el abismamiento en un caso de duelo (Zambrano 2006), añádase el

³² Zambrano, 1986, p. 28.

³³ Luciano Soriano & Wilson, 2002.

trance de su hermana tras la muerte de Manuel Muñoz. La misma ACT narra terapias aplicadas a sufrientes de duelo³⁴.

El abismamiento zambrano propone a la persona afirmarse en el sufrimiento en lugar de poner los ojos fuera de él, con la seguridad de que del pozo de desesperación emergerá una experiencia transformadora y liberadora del sufrimiento. Veámoslo en la práctica en una carta de condolencias a María Luisa Bautista poco después de morir su marido Lezama Lima:

Sé bien que al dolor y en grado extremo al de la muerte, hay que dejarlo intacto, y entonces el propio dolor como océano nacido de las aguas primeras nos sostiene. Y hasta nos fecunda. Debo el haber ahondado purificando corazón y entendimiento, y quizás el haber vivido simplemente, a la muerte de mi Padre –Barcelona mientras moría mi España, luego a la de mi Madre, ahora– ha hecho 4 años y es lo mismo– a la de mi única y verdadera hermana (Zambrano, 2006, pp. 209-210).

La aceptación del sufrimiento constituirá el primer paso para superarlo.

Sin una profunda desesperación el hombre no saldría de sí, porque es la fuerza de la desesperación la que le hace arrancarse hablando de sí mismo, cosa tan contraria al hablar (Zambrano, 1995, p. 33).

Sin solución de continuidad, unimos una máxima de ACT que podría haberla escrito nuestra pensadora: “*La confusión es buena, la desesperanza es buena, sentirse hundido es bueno*” (p. 130)³⁵. Añade:

¿No podría ser que todos esos pensamientos, emociones, recuerdos y estados corporales de los que usted ha estado intentando librarse sean en realidad como estas cosas de las que hemos estado hablando? ¿Qué pasaría si no fueran problemas para

³⁴ Luciano Soriano & Cabello Luque, 2001, pp. 87-113.

³⁵ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 130.

analizar y resolver, sino eventos para ser percibidos, observados, apreciados, al igual que observa el valle desde la cima de la montaña o desde el avión, al igual que escucha una melodía sin más, como un contenedor que contiene cosas pero no se hace nada con ellas, sólo las contiene? (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 191).

Lo esencial, defenderá ACT, es que el cliente se atreva a echarse encima del dolor:

Podemos decir al cliente: La forma de hacer hueco al dolor es echarse directamente encima de él, aun cuando todo su ser le está diciendo que se eche para atrás. No tiene control sobre el dolor que existe en su vida; es una parte de la existencia de cada uno que nadie puede evitar. Sobre lo que sí tiene control es en permitir o no que el dolor se convierta en trauma (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 145).

Zambrano y ACT flirtean con el evento privado evitado. Uno de sus casos narrados por nuestra terapia cuenta la historia de un tartamudo que se avergonzaba de su minusvalía. La respuesta de ACT es contundente: “pedimos al sujeto que se acercara a otras personas en lugares públicos y tartamudeara de forma intencionada” (p. 199)³⁶. Esto se compagina con la circunambulación zambraniana. La circunambulación implica rodear el foco causante del padecimiento de modo que se troca la relación con él. Si al principio el aludido centro del mal rodea al individuo, consternándolo, del acto de enfrentarlo, rodearlo y dar vueltas en torno a él, el consultante se libera de su poder, pues será ahora la persona quien, poderosamente, esté en torno al objeto³⁷.

La justificación de la eficacia que constata ACT fue indicada anteriormente desde las circunvoluciones de los textos de Zambrano: padecer la experiencia sufriente, en lugar de evitarla conduce a un saber transformador, al saber de la experiencia o

³⁶ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 199.

³⁷ Zambrano, 2004b, pp. 60-61.

a las aludidas evidencias. Este saber se cierra a todo aquel que evitaba la experiencia. Sin ese padecimiento físico y/o espiritual, el sujeto no comprenderá, no querrá comprender, manifestará la esquizofrenia entre su pensamiento y su vida. El padecimiento del sufrimiento produce un nuevo nacimiento, un nuevo ser, una nueva entidad en la que queda transformada la persona. Todo parto es doloroso (aun cuando la epidural hace efecto), pero sus efectos provocan transformaciones internas indelebles para toda la vida.

Repitamos, a pesar de las convergencias, la intencionalidad de ACT y Zambrano son dispares, aun pareciendo análogos: ACT ansía la *curación* del *cliente* y Zambrano la *trascendencia* de la *persona*. Repárese en la distancia entre los cuatro términos en cursiva de la frase anterior.

3.8. Octava simultaneidad: errores comunes

Si hay puntos comunes en los aciertos, llama la atención que también los haya en los fallos, es decir, en las disonancias entre teoría y práctica. Ambas aproximaciones profesionales animan a dar la voz al consultante o cliente; sin embargo, no siempre les acompaña la práctica concreta, pues la sugerencia y autonomía con frecuencia troca en consejo heterónimo al tratar a los pacientes. Quizás de un modo más radical en ACT.

ACT dicta la siguiente vía de acción ante el enfrentamiento del cliente a las reglas de la terapia: “Si el cliente dice que no puede, o no quiere, el terapeuta deberá primero ayudarlo a advertir qué valioso parece el contenido evitado cuando el cliente se resiste a él” (p. 194)³⁸. No será difícil descubrir dónde se inserta la manipulación de la indicación. Aún es más evidente cuando el terapeuta se instala en una posición de modelo a seguir.

³⁸ Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 194.

¿Alguna vez ha ido conduciendo con alguien más en el coche y ese alguien ha empezado a criticar su forma de conducir? No sé usted, pero *en lo que a mí respecta*, enseguida empiezo a cometer errores que normalmente no cometería (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 189).

Otro ejemplo en que se lesiona la pretendida y defendida autonomía del cliente en ACT: un momento en que se cae en la falacia del falso dilema. Se plantea un *supuesto* dilema con dos alternativas que, en realidad, sólo deja una única vía de salida.

Lo que estamos planteando es si está dispuesto a dirigir su conducta, a tomar las riendas del caballo salvaje, o si elige “actuar atrapado”, encima del caballo sin llevar las riendas. Más aún, ¿en qué dirección elige cabalgar? Quiera o no, siempre estará dando pasos en una dirección (Luciano Soriano & Wilson, 2002, p. 168).

Zambrano también se salta en sus aseveraciones sus propios métodos y da consejos a aquellos que se encuentran en dificultades existenciales. Casos de esos los tenemos en cartas dirigidas a María Luisa Bautista, Lezama Lima (Zambrano, 2006) o a Agustín Andreu (Zambrano 2002). Esto vuelve a dar cuenta, aunque sea por la vía negativa, de la confluencia de marcos experienciales e intelectivos con ACT.

5. CONCLUSIONES

Sentadas las bases de nuestra investigación, creemos suficientemente documentada nuestra hipótesis inicial: la concomitancia del zambranismo y ACT, como muestra de que filosofía y psicología pueden alcanzar resultados reseñables si trabajan juntas sin que ninguna pierda su propia esencia.

Un aviso antes de acabar para evitar errores interpretativos. El interés de nuestro trabajo no reside en criticar la ceguera

filosófica de la psicología cuando ésta se ausenta de sus principios. Repitémoslo: nuestra finalidad consistió (1) en ofrecer a la psicología un ejemplo de cómo ésta puede verse auxiliada por la filosofía en sus propias investigaciones disciplinares³⁹ y (2) en reivindicar el pensamiento zambraniano como compendio disciplinar previo y útil a los desarrollos de ACT.

En este sentido, la mayor ganancia de ACT respecto a la teoría zambraniana incursiona en (1) ofrecer fundamentación a tratamientos que generan de modo intuitivo y (2) optimizar las técnicas creadas al comprender las razones de su eficacia. Así, la justificación del uso de las estrategias de ACT no sólo se derivaría de los resultados estadísticos de los tratamientos en sujetos; se agregaría que esa eficacia es debida a que responde a una antropología humana acorde a sus teorías. Concretando esto último y extractando del artículo, diríamos que la exposición verbal y/o simbólica del pasado (ejercicio experiencial de ACT y de Zambrano) es terapéutica debido a que con ello la persona dota a acontecimientos deseados y no sucedidos de un tiempo y un espacio para poderse exponer (justificación zambraniana); el privilegio de la experiencia sobre el planteamiento discursivo de las consultas (intuición de ACT y de Zambrano) se funda en la profundización que la experiencia implica y su consecuente poder transformador (justificación zambraniana); la necesidad de tratar al individuo como cliente o persona y no como paciente, es decir, proteger su autonomía (idea defendida por ACT y Zambrano) se basa en una consideración antropológica que determina que la construcción de la persona es una labor inédita e intransferible en cada uno de nosotros (justificación zambraniana).

Ni qué decir tiene que aquí sólo se han dado algunas pinceladas de la teoría de Zambrano en relación al interés del artículo. Un estudio más pormenorizado⁴⁰ nos legaría (1) una justificación

³⁹ Sin que esto obste para su contrario: ciertos campos de la filosofía y la filosofía aplicada obtendrían provecho del aporte de la psicología.

⁴⁰ Véase Barrientos, 2009.

más extensa de esas bases para ACT, (2) una explicación de los buenos resultados de esta terapia y (3) una ampliación de sus acciones prácticas, deduciéndolas de la teoría general del zambranismo. En definitiva, ese trabajo concluiría en otra nota en que los terapeutas ACT y los filósofos zambranianos se darían la mano: el provecho obtenido por los que frecuentaron a nuestra pensadora y los que asisten a las consultas de ACT. En palabras de Zambrano:

Los que me frecuentan obtienen un provecho admirablemente grande, tal como les parece a ellos mismos y a los demás y, sin embargo, es evidente que nada han aprendido nunca de mí, sino que ellos han encontrado en sí mismos, muchas y bellas cosas que ya poseían (Zambrano, 2007, p. 16).

REFERENCIAS

- Aranovich, R. (2000). *Psicoterapia y razón vital*, Buenos Aires: edición del autor.
- Aranovich, R. (2002) *Autenticidad y vida*. Buenos Aires: edición del autor.
- Barrientos Rastrojo, J. (2005). *Introducción al asesoramiento y la orientación filosófica*. Tenerife: Idea.
- Barrientos Rastrojo, J. (2009). *Vectores zambranianos para una teoría de la filosofía aplicada a la persona*. Tesis doctoral. Departamento de Metafísica, Corrientes Actuales de la Filosofía, Ética y Filosofía Política. Universidad de Sevilla.
- Bucay, J. (2003). *El camino de la autodependencia*. Barcelona: Grijalbo.
- Cavallé Cruz, M. (2003). El asesoramiento filosófico y las emociones: una lectura de las enseñanzas de Epicteto. En *Revista ETOR*, (1), pp. 61-76.
- Ellenbogen, S. (2002). Wittgenstein and philosophical counselling. En *Philosophical Practice*, 2 (2), 79-65.
- Ellis, A. (ed.). (1977). *Manual de Terapia Racional Emotiva*. Nueva York: Springer Publishing.

- Ellis, A. (ed.). (2009). *Razón y emoción en psicoterapia*. Bilbao: Desclee de Brower.
- Epicteto (2004). *Enquiridión*. Barcelona: Anthropos.
- García Montes, J.M., Luciano Soriano, M.C., Hernández López, M. & Zaldívar Basunto, F. (2004). Aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) a sintomatología delirante: Un estudio de caso. *Psicothema*, 16 (1), 117-124.
- Goleman, D. (2004). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.
- Hadot, P. (1995). *Philosophy as a way of life*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Luciano Soriano, M.C. (2001a). Sobre el Trastorno de Evitación Experiencial (TEE) y la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). *Análisis y modificación de conducta*, 27 (113), 317-332.
- Luciano Soriano, M.C. (2001b). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)*. Libro de casos. Valencia: Promolibro.
- Luciano Soriano, M.C. & Cabello Luque, F. (2001). Trastorno de duelo y terapia de aceptación y compromiso. En Luciano Soriano, M.C. (dir.). *Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT)*. Libro de casos. (pp. 87-113). Valencia: Promolibro.
- Luciano Soriano, M.C., Páez-Blarrina, M., Valdivia Salas, S. & Gutiérrez Martínez, O. (2006). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la Importancia de los Valores Personales en el Contexto de la Terapia Psicológica. *International Journal of psychology and psychological therapy*, 6 (1), 1-20.
- Luciano Soriano, M.C. & Valdivia Salas, M.S. (2006). Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT). Fundamento, características, evidencia. *Papeles del psicólogo*, 27 (2), 79-91.
- Luciano Soriano, M.C. & Wilson, K.G. (2002). *Terapia de la aceptación y el compromiso (ACT)*. Un tratamiento conductual orientado a los valores. Madrid: Pirámide.
- Marinoff, L. (2002a). *Más Platón y menos prozac*. Madrid: Suma de Letras.
- Marinoff, L. (2002b). *Philosophical Practice*. New York: Academic Press.
- Matilla, A. (2001). Cultivating the flexible mind: Epictetus and reframing. En Curnow, T. (ed). *Thinking through Dialogue* (pp. 73-76). Oxted: Practical Philosophy Press.
- Martín Linares, M. (2006). Los antiguos médicos del alma. En Barrientos Rastrojo, J. (ed), *Entre historia y orientación filosófica*, 1, (pp. 103-115). Sevilla: X-XI.

- Obst Camerini, J. (2003). La terapia racional emotiva conductual. Recuperado en junio 23, 2009 disponible en http://www.catrec.org/albert_ellis.htm.
- Ortega Muñoz, J.F. (2007). Prólogo (pp. 11-16). En Zambrano Alarcón, M. *Filosofía y educación*. Málaga: Ágora.
- Raabe, P.B. (2001). *Philosophical Counseling. Theory and Practice*. Westport (Connecticut): Praeger Publisher.
- Ruiz Sánchez, J.J. & Cano Sánchez, J.J. (2002). *Manual de psicoterapia cognitiva*. Jaen: J. J. Ruiz Sánchez.
- Schuster, S.C. (1999). *Philosophy Practice. An Alternative to Counseling and Psychotherapy*. Westport (Connecticut): Praeger Publisher.
- Yalom, I. (2007). *Quando Nietzsche Chorou*. Parede: Saída de emergência.
- Zambrano Alarcón, M. (1970). Ciencia e iniciación. *Educación*, (31), 77-79.
- Zambrano Alarcón, M. (1986). *El sueño creador*. Madrid: Turner.
- Zambrano Alarcón, M. (1989). *Notas de un método*. Madrid: Mondadori.
- Zambrano Alarcón, M. (1993a). *Claros del bosque*. Barcelona: Seix Barral.
- Zambrano Alarcón, M. (1993b). *El hombre y lo divino*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Zambrano Alarcón, M. (1995). *La confesión: género literario*. Madrid: Siruela.
- Zambrano Alarcón, M. (2002). *Cartas de la Pièce (correspondencia con Agustín Andreu)*. Valencia: Pretextos-Universidad Politécnica de Valencia.
- Zambrano Alarcón, M. (2004a). *Hacia un saber sobre el alma*. Madrid: Alianza.
- Zambrano Alarcón, M. (2004b). *Los bienaventurados*. Madrid: Siruela.
- Zambrano Alarcón, M. (2004c). *La España de Galdós*. Barcelona: Biblioteca de autores andaluces.
- Zambrano Alarcón, M. (2006). *Correspondencia entre José Lezama Lima y entre María Zambrano y María Luisa Bautista*. Sevilla: Espuela de Plata.
- Zambrano Alarcón, M. (2007). *Filosofía y educación*. Málaga: Ágora.