

La labor terapéutica: entre las narrativas y la intimidad

Therapeutic Work: Between the Narrative and Privacy

Yeny Leydy Osorio Sánchez¹

Resumen

Este ensayo presenta la narratividad como una construcción de la propia historia personal, y como una manera de construir, reconstruir y entregar la historia personal durante el proceso psicoterapéutico. Por otro lado, se aborda el concepto de intimidad, desde la propuesta teórica de José Luis Pardo, para proponer que no sólo se trabaja con las narrativas de la propia existencia, sino, además, con lo que escapa a ellas, con lo que no es alcanzado por la palabra, con lo íntimo. El abordaje de la intimidad es uno de los fundamentos del trabajo terapéutico.

Palabras Clave: Comunicación, Experiencia, Intimidad, Lenguaje, Narrativas, Palabra, Significación.

Abstract

This paper presents the narrative process as a construction of the personal story, and as a technique for building, rebuilding and confiding this personal story in the psychotherapeutic process. The concept of intimacy is described using Jose Luis Pardo's theoretical proposal which state that in the therapist not only works with the patient's own narrative about their existence, but also with those elements that go beyond this narrative, and that have to be with the intimate. Approaching the intimate is one of the grounds of any therapeutic work.

Key Words: Communication, Experience, Intimacy, Language, Narratives, Word, Significance.

“Hemos confiado nuestra existencia a las palabras, esperando que ellas enuncien nuestros sentimientos más internos. Buscamos en sus significados la enunciación incluso de lo innombrable, esperando que ‘otro’ por fin alcance a ser hermano de un sentimiento que sería sólo mío si no lo deposito en los oídos de ese otro que cree ‘comprenderme’”.

Ángela Garcés

“... Lo que aquí se afirma es, entonces, que no es el evento ocurrido el que se hace trascendente en la vida de un sujeto, es la significación de dicho evento, es decir, su carácter de vivencia...”

Introducción

La experiencia, más allá de la experiencia

La experiencia humana no se agota en el suceso, no puede reducirse la existencia al acontecimiento. El suceso no es el testimonio de lo experimentado, dado que éste en sí mismo carece de permanencia. El hecho no se hace trascendental *per se*, pues no alcanza a ir más allá de conjunciones entre el hombre, el espacio y el tiempo, esto es, las acciones que constituyen la existencia humana terminan tras su acontecer.

No obstante, no puede afirmarse que los hechos que sobrevienen en la vida de un sujeto, sean transitorios, pues el lenguaje, y su inherente vínculo con la subjetividad, se encargan de otorgarles permanencia. Lo que aquí se afirma es, entonces, que no es el evento ocurrido el que se hace trascendente en la vida de un sujeto, es la significación de dicho evento, es decir, su carácter de *vivencia*, de vivencia emergente por el lenguaje. La experiencia, según Jorge Larrosa,

es siempre de alguien, subjetiva, es siempre de aquí y de ahora, contextual, finita, provisional,

sensible, mortal, de carne y hueso, como la vida misma. La experiencia tiene algo de la opacidad, de la oscuridad y de la confusión de la vida, algo del desorden y de la indecisión de la vida (2006, p. 2).

Es el suceso vivenciado el que narra el sujeto, es la experiencia representada, sentida, significada o resignificada, la que hace las veces de contenido narrativo del relato con el que cada quien cuenta su historia, del relato con el que cada quien se cuenta a sí mismo y cuenta su mundo. Así, lo narrado trae como esencia implícita al narrador, al sujeto que cuenta una vida que es más que el acontecer externo y cotidiano.

Pero no todo lo que acontece en la vida, no todos los hechos que, por pertenecerle a un sujeto son existencia, no todo aquello que cobra valor como experiencia es fácilmente comprensible, asimilable, decible; por el contrario, ya nos lo enunciaba Larrosa, la experiencia trae consigo opacidad, carencia de luz, de inteligibilidad. Aquí es donde la palabra hace su máximo esfuerzo, muchas veces en vano, intentando alcanzar lo innombrable; aquí es, también, donde podemos hallar un vínculo con la intimidad que inquieta a José Luis Pardo, aquella que va ligada al lenguaje y que puede motivar búsquedas.

El hombre participa en su vida de las relaciones que van surgiendo entre lo que acontece, el atravesamiento de este acontecer por la palabra y lo indecible; es decir, entre la experiencia, los grandes esfuerzos del lenguaje -que más bien podrían ser nombrados como grandes creaciones- y los límites a que este mismo lenguaje debe someterse. Apelando a las dos vertientes que guían este texto, puede decirse, entonces, que el ser humano se mueve entre las narrativas que de su propia experiencia crea con su propio lenguaje, y lo que a su palabra escapa, esto es, la intimidad.

1. Las narrativas

Las creaciones del lenguaje

El lenguaje, que nos recorre espontáneamente, se hace, precisamente por su aparente simpleza, un elemento curioso, al que se le suponen mecanismos y funciones. Es esta intriga la que ha conducido a estudios dirigidos hacia una comprensión de un cómo y un para qué de las palabras... y de los silencios.

Aceptando que muchas propuestas teóricas quedan por fuera, podemos atender a tres de las miradas puestas sobre el lenguaje. Encontraríamos, en primera instancia, un punto de vista desde el cual se enfatiza la dimensión comunicativa; aquí los procesos de codificación y decodificación, llevados a cabo por un emisor y un receptor, respectivamente, serían el eje articulador de la teoría. Por otro lado, y yendo un poco más allá, nos encontramos con una comprensión del lenguaje desde su dimensión significativa, en la que la idea central es la capacidad a que da lugar el lenguaje para significar la experiencia social y particular, para

“Una tercera mirada teórica sobre el lenguaje, atendería, ya no sólo al mundo interpersonal, sino también al que podríamos llamar mundo intrapersonal, en el que caben los silencios, lo indecible...”

otorgar sentido a la realidad. Estas dos primeras propuestas dan cuenta de la función que cumple el lenguaje en el plano interpersonal; pero mientras la primera destaca lo que ocurre con el signo en los encuentros interpersonales comunicativos, la segunda se ocupa de lo que ocurre con el sentido, que ya no es sólo el sentido que cobra el signo, sino que se trata del sentido que cobra el mundo.

Una tercera mirada teórica sobre el lenguaje, atendería, ya no sólo al mundo interpersonal, sino también al que podríamos llamar mundo intrapersonal, en el que caben los silencios, lo indecible. Es desde esta mirada, podríamos decir, que puede leerse la reflexión que hace José Luis Pardo acerca de la intimidad que, desde su propuesta, le es propia al lenguaje.

Ahora bien, para hablar de las narrativas lo más pertinente es apoyarse en las primeras dos propuestas, es decir, en las dimensiones comunicativas y significantes del lenguaje, teniendo en cuenta que la primera será sólo un punto de partida, mientras la segunda hará las veces de soporte para la comprensión de las construcciones narrativas.

Así pues, tenemos la capacidad de lograr un intercambio de palabras, pero no nos agotamos

ahí como sujetos del lenguaje, porque lo que intercambiamos con la palabra es más que la mera palabra, no se trata, entonces, de un simple hablar, sino de un comunicar y, más que esto, de un decir, con toda la complejidad que esto acarrea, pues nuestra dimensión de sujetos hablantes implica (y con esta idea trascendemos la dimensión comunicativa) que involucremos a otro en el significado que para nosotros cobra el mundo y sus diversas dimensiones, es decir, más que sujetos comunicativos, somos sujetos de la significación, a esta idea nos remite Baena cuando dice que:

Es obvio que el lenguaje humano tiene, entre otras funciones, la de ser instrumento de la comunicación entre los seres humanos. Pero debería ser igualmente obvio que el lenguaje humano, a diferencia de cualquiera otro sistema de comunicación, no es de manera simple, un sistema al servicio de la codificación y descodificación de mensajes, que el lenguaje humano es el órgano del que el hombre se sirve en el proceso de transformación de la realidad objetiva, natural y social en sentido que circula como significado en la totalidad de los procesos de interacción humana. Que ella es algo más que un intercambio simple de contenidos, que ella es el proceso que promueve de la existencia a las formas de interacción que pueden considerarse específicamente humanas (1987, p. 61).

Es a partir de una mirada como ésta que podemos hablar de las narrativas como una construcción sobre la propia experiencia, pues “una narración, no es solamente el relato [...] desde el lenguaje de la experiencia, de los sentimientos, de las acciones, de las relaciones, sino que también incluye los significados asociados a este relato” (Galarce, 2003, p. 10)².

Este relato, cargado de sentido, es con el que el paciente habla en el encuentro terapéutico, el paciente no narra sólo lo que ha vivido sino su experiencia, sus significaciones sobre lo vivido, su vivencia. Independientemente de la funcionalidad o disfuncionalidad de lo práctico o inútil de estas miradas personales con que llega el paciente, de lo nocivas o benéficas que puedan llegar a ser para el sujeto, estas narrativas son su verdad.

Con ellas el paciente se cuenta, con ellas se va mostrando inserto en un mundo con un significado particular. Así, la labor terapéutica no se centra tanto en los sucesos de la vida del paciente como en la manera en que el suceso ha acontecido *en* el sujeto. Según Miró, “la auto-organización de la experiencia ocurre simultáneamente en dos niveles: el nivel de la vivencia inmediata y el nivel de su ordenamiento lingüístico. El primer nivel es tácito, emocional y continuo, mientras que el segundo nivel es explícito, cognitivo y discontinuo” (2005, p. 3). Aquí es donde podemos hablar de una dimensión creativa del lenguaje que se pone en evidencia en estas construcciones narrativas, pues con la palabra se trasciende lo empírico y se llega a lo experiencial y el acontecimiento es transformado en relato. Tenemos a un sujeto participando de “la omnipresencia del lenguaje” (Rojas, 1993, p. 7) ya que éste, el lenguaje, está presente en todos sus aconteceres y los dota de sentido.

Como se dijo anteriormente la dimensión significativa del lenguaje, que se articula con la existencia de las narrativas, contribuye significativamente al desarrollo interpersonal

2 Esta idea la formula el autor basado en STANCOMBE, J. & WHITE, R. (1999) ¿Una psicoterapia sin fundamentos? La hermenéutica, el discurso y el fin de la certidumbre. En: *revista de psicoterapia*. Vol. 10, 37. pp. 61-82.

del ser humano. Así, en las construcciones narrativas, no sólo se da cuenta de una mirada particular sobre la vida, sino que también se manifiestan las miradas que el sujeto ha puesto sobre los otros y la manera en que ha significado la mirada que los otros han puesto sobre sí. De esta manera, las narrativas que aparecen durante un proceso terapéutico ponen de manifiesto autoconceptos, representaciones del mundo y significaciones de los otros y de las interacciones³; María Teresa Miró acentúa un aspecto de suma relevancia que ella nombra como “el grado de articulación de la trama narrativa y la experiencia de sí mismo/a” (2005, p. 1). Así, tenemos de un lado, la implicación del propio sujeto en su relato y, de otro, la participación de los otros en las construcciones narrativas. Se trata entonces, de varios elementos conjugados que dan lugar a la identidad que se narra. Es por esto que Duero afirma que “Nuestra identidad personal, que resultaría de la compaginación de unos y otros rasgos, constituiría así un elemento central que es posibilitado por, pero que a la vez da lugar a, la construcción narrativa” (2006, p. 139).

Podemos afirmar, entonces, dado que el paciente está entregando su construcción de mundo y de sí, que en las narrativas que se presentan en psicoterapia el centro de atención ha de ser el narrador, es decir, el sujeto, que no alcanza a ser un narrador omnisciente y que, por tanto, construye su relato día a día, lo que implica que dicho relato tenga la posibilidad de flexibilizarse, pues la experiencia no es una constante, puesto que va ligada al sujeto que tiene la capacidad de resignificar.

“... en las construcciones narrativas, no sólo se da cuenta de una mirada particular sobre la vida, sino que también se manifiestan las miradas que el sujeto ha puesto sobre los otros y la manera en que ha significado la mirada que los otros han puesto sobre sí...”

En la labor terapéutica, se cuenta, entonces, con la palabra estructurada del otro, con la experiencia significada y nombrada en una estructura narrativa cuyo centro de interés es el narrador mismo, pues es él quien aporta no sólo el relato de un acontecimiento sino también de lo que dicho acontecimiento significa; asimismo, es el paciente-narrador quien aporta un mundo de sensaciones al que ya no es tan fácil llegar, como se llega a lo narrado.

2. La intimidad

Los límites de la palabra

Dado lo anterior, podemos afirmar que el paciente narra su experiencia hasta donde puede, lo demás lo siente. El consultante, sujeto de palabras, es también un sujeto de silencios, de sensaciones y emociones que lo embargan al punto de agotar la capacidad del decir; esto es lo que Pardo nombra como estar “al borde de la palabra” (2000, p. 81). Pero allí donde la palabra no alcanza, no termina el sujeto,

3 Debe tenerse en cuenta que el mismo encuentro terapéutico empieza a hacer parte de las narrativas del paciente.

sólo es invitado a vivirse desde otra dimensión, aquella en la que somos por lo que tenemos de implícitos, pues, y aquí vuelve a hablarnos Pardo, “Lo implícito sólo existe porque hay algo explícito” (2000, p. 92); así, estamos constantemente haciendo uso de la dimensión creativa del lenguaje, pero también, moviéndonos dentro de sus límites.

Nuestras experiencias pueden ser, entonces, objeto de una narración, pero siempre dejan algo del lado de lo opaco (que menciona Larrosa), algo que permanece en el fondo, del lado de lo no dicho. Respecto a esta dualidad entre lo decible y lo indecible, se pronuncia Pardo afirmando que

aunque es innegable que el lenguaje tiene una dimensión pública [...] un significado social y transparente que lo hace luminosamente accesible a todos sus usuarios, no puede ser efectivamente *hablado* (e incluyo en ello: escrito) sin segregar una dimensión íntima [...], un sentido opaco y singular inaccesible para todos salvo para quien *lo habla desde dentro* (1996, p. 52).

Aparece, con la anterior cita, la idea de *doblez del lenguaje* que expone el filósofo español, referida a que “además de decir algo explícitamente, las palabras *quieren decir* algo más, algo que pasa como de contrabando, que dicen (o intentan decir) sin decirlo explícitamente pero albergándolo en su interior” (Pardo, 1996, p. 56).

En esa medida, el psicólogo aborda las narrativas, pero busca la intimidad del paciente, inten-

“... el psicólogo aborda las narrativas, pero busca la intimidad del paciente, intenta alcanzar la sensación que deja en el sujeto la palabra cargada de significados...”

ta alcanzar la sensación que deja en el sujeto la palabra cargada de significados. Es probable que después de intentarlo, el terapeuta no logre hallar lo que busca, pero la intimidad se hace significativa en la medida en que motiva una búsqueda en pro de la comprensión del paciente.⁴

La subjetividad, que se hace para el psicólogo centro de reflexión constante, aparece entonces, estrechamente vinculada al lenguaje y su doble cara, así nos lo hace saber Benveniste, diciendo que

La “subjetividad” [...] es la capacidad del locutor de plantearse como “sujeto”. Se define no por el sentimiento que cada quien experimenta de ser él mismo [...], sino como la unidad psíquica que trasciende la totalidad de las experiencias vividas que reúne, y que asegura la permanencia de la conciencia. Pues bien, sostenemos que esta “subjetividad”, póngase en fenomenología o en psicología [...] no es más que la emergencia en el ser de una propiedad fundamental del lenguaje. Es “*ego*” quien *dice “ego”*. Encontramos aquí la “subjetividad”, que se determina por el estatuto lingüístico de la “persona” (1973, p. 180).

4 En este punto vale la pena aclarar que la concepción de José Luis Pardo de la intimidad enfatiza el lenguaje, es decir, para este autor la intimidad pertenece al lenguaje, no al sujeto, lo que queda claro en expresiones como la que sigue: “la <<resonancia interna>> de las palabras no dependen del locutor que las profiere, porque la intimidad es una propiedad del lenguaje como tal (no de la intencionalidad de los usuarios)” (Pardo, 1996, 299). Pero queda difícil aceptar tal postura, puesto que es imposible pensar al lenguaje sin sujeto. Una postura como la de Pardo, carece de fuerza frente a teorías como las ya mencionadas, que abordan la dimensión significativa del lenguaje, pues quien significa es el sujeto y, en esa medida, también es él quien percibe las sensaciones que no alcanza a nombrar. De lo anterior, cabe anotar, que este texto mira la intimidad del lenguaje, como algo inherente al lenguaje, pero, precisamente, por el carácter subjetivo de éste último.

Nuestra subjetividad se hace presente en el lenguaje, pero el lenguaje no alcanza a expresar toda nuestra subjetividad. Somos al tiempo constructores de narraciones y sujetos inacabados en la palabra, en tanto ella no nos nombra completamente, lo que implica que tengamos un más allá del relato, inmensamente propio, y del que sabemos sin que necesariamente otros hagan parte de este saber nuestro, pues “Yo sé lo que digo (es decir, saboreo el gusto que dejan en mi boca las palabras que enuncio), pero no puedo decir lo que sé, no puedo decir a qué me sabe lo que digo, no puedo dar a otros a saber ese sabor que siempre se me queda en la punta de la lengua” (Pardo, 1996, p. 54). Ser sujetos del lenguaje es pues pertenecer a una comunidad, encontrarse con ella en significaciones y enunciados, pero, además, ser sujetos del lenguaje implica también pertenecerse a sí mismo, ser para sí.

Ahora bien, por ser la intimidad ese lado del lenguaje en el que se inscribe el sujeto como ser de sí mismo, es que juega un importante papel en la labor terapéutica, ya que, si bien lo que de la palabra queda en el hablante no es completamente alcanzable, sí opera como una insinuación, por lo que la intimidad vendría a ser para el psicólogo una provocación para detenerse en el paciente sabiendo que siempre hay algo más, inaccesible, pero existente. El psicólogo tiene el conocimiento implícito de eso que subyace a la palabra, sabe de la existencia de una “resonancia interna” (como lo nombra Pardo) y sabe que las palabras que surgen durante un encuentro terapéutico también resuenan.

Aclara José Luis Pardo que “la intimidad no está hecha de sonidos sino de silencios, no tenemos intimidad por lo que decimos sino por lo que callamos, ya que la intimidad es lo que callamos

“En la labor terapéutica el lenguaje aparece en sus dos dimensiones, con todo y su ‘doble’. Por un lado, aparece el lenguaje con su capacidad creadora en las narrativas del paciente y, por otro, surge como elemento limitado, que no alcanza a nombrarlo todo...”

cuando hablamos” (1996, p. 55). De ahí que en psicoterapia los silencios tengan su propio peso, así como el eco, como el corte, pues se trata de dejar que esa resonancia interna, existente por sí misma como característica del lenguaje, haga lo suyo.

En la labor terapéutica el lenguaje aparece en sus dos dimensiones, con todo y su “doble”. Por un lado, aparece el lenguaje con su capacidad creadora en las narrativas del paciente y, por otro, surge como elemento limitado, que no alcanza a nombrarlo todo. No obstante, es tan existente lo dicho como lo impronunciable, lo primero es expresión pura y relacional, lo segundo, resonancia íntima, personal, insinuante.

Referencias

- Baena Z., L. (1987 junio). Lenguaje: Comunicación y significación. En: *Lenguaje*, 16, pp. 61-66.
- Benveniste, E. (1973). *Problemas de lingüística general*. 3ª ed. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Custa Abad, J. (ed.). (2000). *Emanuel Levinas sobre Maurice Blanchot*. Madrid: Trotta.
- Dueron, D. (2006). Relato autobiográfico e interpretación: una concepción narrativa de la identidad personal. En: *Atenea digital*, 9, pp. 131-151.

- Galarce, E. (2003 junio). Psicología narrativa: una revisión de sus aspectos teóricos y sus alcances terapéuticos. En: *las tesinas de Belgrano*, 85. pp. 1-25.
- Garcés Montoya, A. (2001, Oct.). El tedio de la vida o la contradicción de existir. En: *Con-textos, revista de semiótica literaria*, Vol. 8, 28. pp. 30-42.
- Larrosa, J. (2006). *Algunas notas sobre la experiencia y sus lenguajes*. (Conferencia).
- Ministerio de Educación Nacional (1998). *Lineamientos curriculares de lengua castellana*. Bogotá: Delfín.
- Miró, M. (2005). La reconstrucción terapéutica de la trama narrativa. En: *Monografías de psiquiatría*, 3. pp. 8-18.
- Pardo, J. (1996). *La intimidad*. Valencia: Pre-texto.
- Pardo, J. (2000). Al borde del discurso. De la emoción en los límites de la palabra. En: *Thémata*, 25. pp. 81-93.
- Rojas Ortiz, J. (1993 agosto). El lenguaje como descubrimiento del siglo XX. En: *Coloquios lingüísticos*, 5. pp. 7-15.