

Texto publicado en el libro de Maribel Rodríguez (2011)

**I Congreso de Antropología, Psicología y Espiritualidad
“Integrando la Espiritualidad en la Psicología”
Cátedra Edith Stein
Ávila, 24-26 de Septiembre de 2010**

Algunas claves antropológicas para el encuentro de la psicoterapia y la espiritualidad

Prof. Dr. Aquilino Polaino

**Catedrático de Psicopatología. Facultad de Medicina. Universidad CEU-San Pablo
Conferencia de clausura**

Introducción

Quince claves antropológicas a las que apelar para el encuentro entre espiritualidad y psicoterapia:

- 1. La persona como un ser único e irrepetible**
- 2. La persona como un ser capaz de apertura**
- 3. La persona como un ser capaz de conocimiento racional**
- 4. La persona como un ser que se conoce a sí mismo**
- 5. La persona como un ser libre**
- 6. La persona como un ser corpóreo**
- 7. La persona como un ser capaz de tener, dar y recibir**
- 8. La persona como un ser dialógico**
- 9. La persona como un ser que quiere querer y ser querido**
- 10. La persona como un ser en el tiempo**
- 11. La persona como un ser de deseos**
- 12. La persona como un ser de proyectos**
- 13. La persona como un ser que es un fin en sí mismo**
- 14. La persona como un ser con una dignidad constitutiva**
- 15. La persona como un ser que es responsable de sí mismo**

Bibliografía

Introducción

La espiritualidad es algo inherente a la misma condición de la persona humana: lo que mejor la representa, lo que la distingue y diferencia de cualquier otra especie animal. Este hecho tozudo se resiste a ser silenciado, cualquiera que fuere el empeño y las estrategias empleadas. De aquí que, de una u otra forma, comparezca siempre en el contexto terapéutico, y de un modo especial en la los procesos psicoterapéuticos.

La concepción psicológica de la persona como un ser bio-psico-social resulta insuficiente, desde esta perspectiva espiritual. Es preciso abrir este constructo a la dimensión espiritual, que es precisamente donde las otras dimensiones se integran y alcanzan su plenitud. Si se excluye esta dimensión espiritual, es imposible dar cuenta y razón de lo que acontece en las otras dimensiones (biológica, psicológica y social). De aquí que el anterior constructo haya que completarlo, y definir a la persona como un ser bio-psico-socio-espiritual.

En la actualidad, esta natural exigencia comienza ya a admitirse, de forma relevante, por numerosos expertos de la comunidad científica. Este mismo Congreso es una manifestación elocuente de lo que se está afirmando. Sin duda alguna, la espiritualidad humana reconduce de forma inequívoca a su referente, la transcendencia del fenómeno religioso, que tampoco puede obviarse o marginarse en este contexto.

Es un hecho incontrovertible que las diversas convicciones religiosas –cualquiera que éstas fueren, dada la globalización y el actual multiculturalismo social, además del diálogo interreligioso- pueden potenciar y condicionar, de forma poderosa, el alcance y la eficacia de las psicoterapias. De aquí la vital importancia que tiene en la actualidad el encuentro entre espiritualidad y psicoterapia, y la necesidad de estudiar esta posible relación en beneficio de los pacientes.

Ahora bien, la necesidad de potenciar este encuentro entre espiritualidad y psicoterapia puede resultar muy compleja, habida cuenta la diversidad de espiritualidades y psicoterapias existentes. Para afrontar tal complejidad parece aconsejable apelar a un denominador común, que sea apropiado y sirva de referente universal a la condición humana: algunas notas que resulten fundamentales desde la perspectiva antropológica.

Pero aquí nos encontramos con una propuesta hipotética, erizada también de dificultades. La razón está en que no hay una antropología, sino muchas antropologías. En el marco de este razonamiento argumental es como si el problema se fuese desplazando de un ámbito a otro, sin acertar con la solución buscada. Se trata, pues, de buscar algunas claves antropológicas que, con independencia de las diversas espiritualidades y procedimientos psicoterapéuticos, satisfaga esa *communis opinio*, esa opinión común mayoritaria –y que, por tanto, debe ser compartida- acerca de lo que es la condición humana.

Vaya por delante mi agradecimiento a los Hermanos Carmelitas, organizadores de este Congreso, y a la Cátedra Edith Stein, en la persona de su Directora, la Profesora Maribel Rodríguez, que me hizo el honor, inmerecido por mi parte, de invitarme a esta Conferencia de Clausura. El ateniimiento aquí a sólo la espiritualidad, sin entrar en la mística, obedece a una intención deliberada: la exigencia de buscar esa posible conexión entre espiritualidad y psicoterapia. Otra razón adicional es que el autor entiende que la mística es un ámbito especial de la espiritualidad, cuya relación con la psicoterapia es muy infrecuente y mucho más compleja.

En las líneas que siguen, se proponen algunas de las claves antropológicas que pueden servir para el acercamiento entre espiritualidad y psicoterapia. Y no sólo para ese encuentro, sino especialmente para el diálogo que es conveniente iniciar entre ellas. Se trata, pues, de acertar con algunas de estas claves antropológicas, de manera que sean aceptadas por las diversas espiritualidades y puedan servir de referencia a las variadas psicoterapias. Se ha omitido de propósito en esta exposición algunas claves, especialmente relevantes, como el dolor, el sufrimiento y la muerte, para evitar así la redundancia, dado que otros ponentes ya se ocuparon de ello.

La siguiente propuesta –abierta, como no podía ser de otra forma, al diálogo y el debate- ha de habérselas con lo que es propio de la persona: la existencia y la trascendencia, la singularidad irrepetible y la apertura a lo universal, la relación del paciente consigo mismo y con los demás, el hermetismo y la apertura de su intimidad, la transparencia y lo inefable de la comunicación humana, la asunción de su realidad finita y su anhelo de infinitud, su acción individual y su participación en la tarea común, su ser y su hacerse, su actividad y la recepción y acogida de las actividades de los otros, la libertad y la responsabilidad, el respeto y la dignidad, la asunción de sus propias limitaciones al mismo tiempo que el desvelamiento de sus fortalezas, para poner todo ello, es decir, la “unitotalidad” de su persona, al servicio de los demás.

En este contexto –soy consciente de ello- he de atenerme en mi exposición a la brevedad, pero también a la claridad. Atenimiento que dudo pueda llegar a satisfacerles, como ustedes se merecen. En todo caso, trataré de esforzarme en ello, a fin de que no se me aplique aquel aforismo clásico que reza *brevis esse lavoro, obscurus fio*, lo que ha sido brevemente trabajado, resulta difícil de entender.

Es probable, que lo que sigue a continuación no sea fácil de entender. En cualquier caso, de eso ya me percaté al aceptar la honorífica invitación que se me hizo. No obstante, no renuncio a manifestarles el mucho tiempo que he dedicado a la preparación de esta ponencia –una exigencia irrenunciable para conmigo mismo-, además de las numerosas las consultas realizadas a otros autores más avezados que yo en esta materia; y, sobre todo, a la reflexión sobre mi propia experiencia personal, como profesional de la psicología y psiquiatría durante más de cuatro décadas.

He tratado de partir de la razón y el sentido común, así como de la opinión generalizada de la gente acerca de estas cuestiones, sin renunciar a lo que considero estructuras preconstitutivas de lo humano, que están orgánicamente articuladas. Confío, pues, en la benevolencia de todos, cuando al final de mi intervención juzguen acerca de la pertinencia y oportunidad de las claves antropológicas aquí propuestas, a fin de facilitar el necesario encuentro entre espiritualidad y psicoterapia.

Quince claves antropológicas a las que apelar para el encuentro entre espiritualidad y psicoterapia

La psicología clínica y la psiquiatría son especialidades sanitarias cuyo fin específico es servir y ayudar a las personas que sufren. El trabajo de los especialistas en salud mental consiste, fundamental y prioritariamente, en el servicio a las personas con sufrimientos psíquicos, cualquiera que fuere su naturaleza. Tal perfil profesional es algo *sui géneris* que, por su misma naturaleza, ahínca sus raíces en la antropología y en la dimensión espiritual de la persona. Dicho de otra forma: la perspectiva que han de adoptar los profesionales de la salud mental es la exigida por su propósito de ayudar a la persona que sufre estos trastornos psíquicos.

En este marco es donde hay que plantearse las posibles relaciones existentes entre espiritualidad, antropología y psicopatología; dónde comienzan y terminan los límites que dibujan la autonomía de cada una de ellas; qué tipo de interacciones, influencias, condicionamientos, modulaciones y moldeamientos acontecen entre ellas en el origen, sostenimiento, alivio, recuperación espontánea o curación de estos trastornos.

No me refiero, claro está, a algo tan elemental como conocer, con suficiente hondura, sus temores y expectativas ante la enfermedad que sufren –también desde una perspectiva sociocultural-, así como acerca de sus convicciones religiosas, siempre que los pacientes, libremente, así lo demanden. Es ésta una cuestión que doy por supuesto, por considerar que el clínico debiera estar familiarizado con esta relevante información.

Me refiero ahora, más en concreto, al modo en que los anteriores factores pudieran condicionar la expresión y manifestación de los síntomas que aquejan al paciente y el modo en que tal vez afectan su estilo de vida y condicionan su respuesta a la enfermedad. Una cuestión ésta en la que, con frecuencia, es más lo que ignoramos que lo que sabemos. Esta carencia fundamental es la que hay que tratar de desentrañar, si en verdad se pretende prestar el servicio que es propio de nuestra profesión.

La apelación aquí a la antropología y a la espiritualidad no es un recurso retórico más; algo que se evoca en una reunión científica, y enseguida se olvida. En modo alguno se trata de satisfacer aquí, sólo formalmente, estas perentorias necesidades. La patoplastia y evolución de los trastornos psicopatológicos ha puesto de manifiesto, una y otra vez, la pujanza de ciertos factores antropológicos y espirituales en el desencadenamiento, suscitación, eclosión, manifestación, evolución y/o extinción de muchas de estas alteraciones.

Esto significa que debiera ser una exigencia –una cuestión irrenunciable, en las actuales circunstancias- que habría que satisfacer –con el necesario rigor y la hondura suficiente- en la formación de los futuros profesionales en salud mental. También desde una perspectiva negativa. Me refiero, claro está, a las posibles manifestaciones psicopatológicas urdidas por ciertos factores antropológicos y espirituales erróneos, sobre los que apenas hay literatura científica disponible.

Todo lo relativo a lo psíquico y espiritual de la persona, qué duda cabe, es muy complejo, pero simultáneamente es también, en alguna forma, la vía regia que nos conduce a ese santuario, desconocido y sorprendente, que es la intimidad de la intimidad de la persona.

Bastaría con una sencilla comparación entre los contenidos de que se ocupan los psicoterapeutas y los que son pertinentes en cualquier otra especialidad clínica, para constatar lo abismado de las diferencias que hay entre ellos. Estos últimos centran su atención en los factores estrictamente biológicos –con la ayuda de

técnicas más o menos sofisticadas-, mientras que los psicoterapeutas se ocupan del mismo núcleo del ser de la persona: de su estilo de vida; de sus convicciones, deseos, pensamientos y afectos; de sus fracasos, frustraciones y ansiedades; es decir, del fondo del fondo de la interioridad humana, de la costura entre el alma y el cuerpo, del alma del alma de la persona.

Todo cuanto está velado y vedado a la mirada de curiosos y extraños es precisamente lo que ha de hacerse transparente y manifestarse al profesional de la salud mental. Obviamente, el psicoterapeuta o experto en salud mental precisa, además de los conocimientos estrictamente biológicos, de otros mucho más complejos, que los necesitados por cualquier otro especialista clínico.

El hecho de apelar a una formación más profunda y rigurosa en antropología y espiritualidad para estos profesionales, suscita, de inmediato, el desvelamiento de algunos fundamentos necesarios. Ahora bien, el hecho de referirnos a esos fundamentos plantea problemas filosóficos todavía más complejos, de los que no me puedo ocupar aquí como sería menester, por no ser este el ámbito apropiado para acometerlos.

Desearía que la decisión por la que he optado fuese conforme con la mayoría de los asistentes y estuviera de acuerdo con el *hodie et nunc*, que aquí nos concita. En las líneas que siguen, propondré y pasaré revista a quince características o notas distintivas de la condición humana, con tal que, al mismo tiempo, satisfagan los tres objetivos siguientes:

- (1) ser esenciales para los ámbitos de la antropología y la espiritualidad, por ser las que han de encontrarse y dialogar en el actual escenario psicoterapéutico;
- (2) suscitar una relativa y amplia aceptación social, por constituir parte de ese elenco de propiedades en que es posible reconocer lo humano, más allá de las muchas diferencias que distinguen a unas personas de otras; y
- (3) proveer de una relativa eficacia en su aplicación clínica, especialmente en lo relativo a los procesos psicoterapéuticos.

1. La persona como un ser único e irrepetible

Lo primero que sorprende cuando el psicoterapeuta se sitúa frente a un paciente es la inabarcable complejidad de su persona. Se diría que es obvia también -por demasiado manifiesta-, la unidad y unicidad de su ser. Más allá de esta paradoja entre unicidad y complejidad, el clínico no acaba de entender cómo puede integrarse -sin forzamiento alguno y sin renunciar a nada-, esa diversidad en la unidad que le caracteriza. Para aceptar a esa persona como es, hay que aceptar la complejidad (no exenta de ciertas contradicciones) en la unidad.

No se trata de esclarecer esta frontal oposición entre *lo uno* y *lo múltiple* de la condición humana, apelando a una tercera vía, la de la *unitas multiplex* introducidas por los filósofos de otro tiempo (Polaino-Lorente, 1980).

En las personas son muy numerosos los opuestos que simultáneamente conviven en ellas. Por mencionar sólo algunos de ellos, baste considerar aquí la actividad y la pasividad, el lenguaje y la escucha, la donación y la aceptación, la comunicabilidad y la integridad, la identidad y la relación, el momento presente y su pasado y futuro, su ser individual y su apertura a lo universal, el cuerpo y el alma. Esta simultaneidad de los relativamente opuestos es harto difícil de entender, a pesar de que, no obstante, se percate de ello el avezado terapeuta que los observa.

Esto significa que la primera clave antropológica que comparece en el encuentro del terapeuta con cada paciente es que se trata siempre de una persona que es un ser único, singular, irreplicable. En la historia de la humanidad no ha habido ni habrá jamás otra persona igual que ella. Esa singularidad e historicidad de la persona se opone a la universalidad selectiva de la abstracción, en que consiste la ciencia (Polaino-Lorente, 1993a y b; 2003a).

Por supuesto que el terapeuta ha de partir de lo que la ciencia –el saber acumulado- aconseja en ese caso. Pero en la ciencia empírica se opta casi siempre por lo simple y se renuncia a lo complejo. La ciencia, de acuerdo con la hipótesis formulada, procede mediante una abstracción selectiva que observa sólo determinados rasgos, características o variables, a los que en modo alguno puede reducirse la persona. Para una revisión de estos problemas, confrontar Polaino-Lorente (2010).

El terapeuta, por el contrario, se encuentra con la complejidad inabarcable de la persona, en la que precisamente ha de intervenir con cierta inmediatez.

Esta unicidad de la persona humana remite a estructuras constitutivas, orgánicamente articuladas, a las que no se puede renunciar. Cada persona es un sujeto único, singular e irreplicable y la unicidad de su ser se apoya en la unidad de su persona. En la psicoterapia hay que trabajar con cada paciente como si fuera – ¡que es!- un caso único. Esta condición exige apelar a un diseño del tipo $N = 1$, que apenas si permite generalización alguna respecto de la intervención y los resultados que se obtengan.

Por eso, los llamados diseños experimentales de caso único plantean otros problemas y es que la generalización de las conclusiones, sirven para muy poco. Pues, como decía Platón, no hay ciencia nada más que de lo universal.

Bastaría con recordar aquí la teoría de la *Gestalt*, para no tomar la parte por el todo. En esa unicidad o en ese ser único de la persona humana, se dan algunas antinomias. Una antinomia difícil de resolver es que la persona es única pero es compuesta y, además, cambia en el tiempo. En psiquiatría esto tiene mucha importancia: la trayectoria biográfica de una persona varía en muchos casos, a lo largo del tiempo, debido a la acción de ciertas variables moduladoras, contrastadoras, matizadoras, y modificadoras de cualquier trastorno que padezca la persona.

Así, por ejemplo, no se comporta igual el perfil sintomático y la respuesta al tratamiento de un chico que padezca un cuadro depresivo, al mismo tiempo que haya tenido una relación paterno-filial excelente, que el de otro chico, con la misma edad e idéntico diagnóstico, que haya tenido una crispada y conflictiva relación paterno-filial.

Es decir, que esa multiplicidad o diversidad del acontecer psicopatológico es, en primer lugar, intrapersonal, y también interpersonal. Esto afecta, de forma significativa la asistencia clínica, porque condiciona la evolución del trastorno clínico.

De otra parte, esa unidad e irreplicabilidad afecta a las dos personas (al paciente y al terapeuta), cada una de las cuales es un ser compuesto, dando origen a multiplicidad de problemas, tal y como se manifiestan en el complejo juego de esas relaciones interpersonales. De aquí que se haya sostenido que la psicoterapia es un arte más que una ciencia. Tal vez por eso no dispongamos de una carta de navegación que sirva de referencia para conducir esa relación psicoterapeuta-paciente hacia un destino más específico y apropiado.

Con ello se está volviendo otra vez sobre una cuestión acuciante: la formación de los psiquiatras y psicoterapeutas. Sin duda alguna, es muy necesaria – imprescindible- la formación del psiquiatra en psicofarmacología, pero al mismo tiempo con eso solo no es suficiente. Es preciso regresar a la formación en antropología, a esas condiciones innatas –de las que disponen o no unas y otras personas-, de las que dependen la mayor o menos eficacia de esos encuentros interpersonales.

En la psicoterapia lo que se pone de manifiesto es la intimidad de la persona. La intimidad es lo que permanece en el interior de la persona, y es opaco e invisible a la mirada del otro, sea o no psicólogo. La intimidad sólo se desvela cuando la propia persona decide libremente manifestarla a alguien. La intimidad supone la existencia de una interioridad, de un interior que sólo pertenece a esa singular persona que a sí misma se conoce.

La intimidad manifiesta que la persona tiene un centro. Plantearse alguna cuestión acerca de sí, supone iniciar una cierta apertura hacia el centro de sí mismo. La intimidad es el núcleo de la persona de donde brotan las innovaciones, los proyectos, la creatividad, las ilusiones, los deseos, los compromisos, etc. *La persona es la intimidad creativa con capacidad de crecimiento.* “Todo lo que es propio de la persona forma parte de su intimidad” (Yepes Stork, 1996). La intimidad es inviolable y, por eso, fundamento de derechos inalienables.

La presencia de un mundo interior -abierto para la propia persona y oculto para los demás- es el grado máximo de *inmanencia*. La inmanencia es una característica de los seres vivos, que consiste en ese “permanecer dentro”, que es consistente con el propio ser. Sólo los seres vivos tienen un *dentro*. Las piedras no tienen un dentro. Hay operaciones que son más inmanentes que otras. *Pensar y querer son operaciones más inmanentes*, por ejemplo, que respirar y comer, porque son más interiores, más íntimas al ser que las realiza. De ellas depende mucho más la entera subjetividad. Lo propio de las operaciones inmanentes es que cuanto realiza la persona reobra sobre ella misma y le constituye en lo que es.

Cuando la persona adquiere un *valor*, a través de un determinado y reiterado comportamiento, el valor encarnado en ella misma y del que dispone se llama *virtud*. En cuanto tal valor realizado en sí misma opera como un *hábito*, una *operación inmanente*, por la que se lo apropia, le pertenece y le constituye en lo que es: una persona virtuosa.

Ninguna persona es igual a otra, porque la intimidad de cada una de ellas no puede igualarse con ninguna otra. Por eso se dice, que la persona es única e *irrepetible*, un *alguien*, un *quien con rostro que tiene un nombre*, que le *singulariza* respecto de los demás, como la persona que es, y así es *reconocida*.

Porque las personas no son iguales, ni repetidas, ni clonadas. *Las personas no son intercambiables* ni sustituibles. *La persona tiene conciencia de que tiene conciencia* y, por eso, es *irreductible* a cualquier otra. Ser persona es disponer de una *intimidad única* –y en gran parte incomunicable-, que le hace decir “yo” y que, en cierto modo, es absoluta, *relativamente absoluta*.

Nadie puede conocer, *de facto*, lo que otra persona piensa y quiere, nadie puede leer los pensamientos de otro, ni tener una percepción rigurosa de su querer. “Los hombres –escribía San Agustín- pueden hablar, se les puede observar en sus gestos y escuchar sus palabras. Pero, ¿cómo penetrar en los pensamientos de otro, en qué corazón puede penetrarse? ¿Quién sabe lo que alberga en su interior, lo que quiere o no quiere?”

Esto nos interpela, en algún sentido, y nos remite a pensar en la creación. En el plano espiritual, el hecho de que cada persona sea única e irrepetible nos encamina a pensar, en la hipótesis, altamente probablemente, de que esa persona haya sido creada de la nada. Una dimensión que, además de valiosa, puede resultar inconmensurable desde la perspectiva de su aplicación a la psicoterapia.

2. La persona como un ser capaz de apertura

La persona es un ser irrestrictamente abierto (Polo, 1996). Ninguna persona es un ser cerrado, aunque haya algunas patologías que transformen a las personas en seres más o menos herméticos. Es lo que sucede, por ejemplo, con la persona ególatra, replegada sobre sí misma, como una monada hermética y blindada. Esta patología del individualismo (Polaino-Lorente, 2008) es una característica muy común en los diversos trastornos de la personalidad, hoy tan frecuentes.

Lo natural no es eso. Si la persona no tuviera esta capacidad de apertura, ¿cómo explicar, entonces, su capacidad de conocer y querer? Querer y conocer exigen salir de sí, abandonar la propia singularidad, abrirse al mundo del otro, a lo que no es la propia persona.

Por el *conocimiento*, la persona se abre a lo conocido, a lo que no es ella misma, que no obstante, puede aprehenderlo, incorporarlo y, en cierto modo, llegar a serlo. Lo mismo sucede con su *capacidad de querer*. Ciertamente, que cada persona puede y debe querer a sí misma, pero eso en modo alguno es suficiente. Es necesario querer a otro; pero el otro no es el yo; el otro está más allá del yo. Por eso mismo, la persona tiene que abrirse para encontrar al otro (fuera de sí), al que poder entregarse.

Esta propiedad de la apertura del ser humano, se pone de manifiesto también en el hecho de *ser querido*; una necesidad vital que resulta irrenunciable. “Ser querido” significa que el otro, que no es el yo, se da a sí mismo a un “yo”, y es aceptado por este último.

Por la *razón*, la persona está abierta al conocimiento, a la contemplación, a la creatividad y a la innovación. Por la *voluntad*, la persona está abierta al otro, a querer y ser querida, a la coexistencia, a la comunión, a elegir y conducir su vida del modo que mejor le parezca.

Ahora bien, el hecho de que la persona sea un ser irrestrictamente abierto, tal y como aquí se establece, nada dice respecto de “cómo está abierta” cada persona en concreto. Esto es esencial para la psicoterapia, puesto que, por su singularidad, a cada persona lo que en definitiva le importa es qué hacer en concreto con su propia vida, con independencia de que alcance o no el conocimiento en que consiste su apertura como persona.

Sin duda alguna, la persona necesita conocer y querer. Pero ignora qué, cómo, a quién, cuándo, etc. Cuando se plantea esta cuestión es precisamente cuando emerge, a orillas de esta situación, la conciencia de su libertad.

Es un hecho que no puede haber un yo sin un tú. En la secuencia de las etapas del desarrollo, es probable que la toma de conciencia del “tú” sea anterior a la conciencia del “yo”. Tal vez esto suceda también en el ámbito de la implantación del lenguaje.

Si la persona se ensimisma y se encierra en ella misma, obstruye su capacidad de conocer. Lo propio del ser racional, que es la persona, es estar abierta a la posibilidad de conocer. Esta apertura puede dar de sí y abrirse mucho más. Con

cada nueva cognición esa apertura se dilata y amplía. Muchas de las terapias cognitivas lo que hacen precisamente es esto: abrir la persona a un ámbito que, circunstancial o permanentemente, había estado cerrado para ella. Es decir, ayudarle a disolver esos obstáculos, ayudarle a suprimir las barreras que restringen la apertura cognitiva del ser humano, incluso respecto de sí mismo.

El estado abierto de la persona tiene muchas consecuencias positivas, principalmente las de conocer y querer. Mediante ese conocimiento la persona transforma el mundo. El conocimiento impulsa y dirige la acción hacia una determinada dirección. Esa actividad transformadora del mundo tiene su asiento en el conocimiento de la realidad –que existe previa e independientemente del sujeto-, y que hay que respetarla en su ser natural. Simultáneamente que la persona transforma el mundo, mediante la acción que es el conocimiento, esa misma acción tiene un efecto auto-transformante de sí misma. De aquí que esta apertura no puede clausurarse, pues le va en ello a la persona su propio desarrollo. En cierta manera, la psicoterapia tendría que ir en esa dirección de abrir las ventanas que para una persona estaban cerradas o de ampliar los estrechos horizontes que, en esas concretas circunstancias, bloqueaban a esa persona.

Esa apertura desvela, en el fondo, que la persona está hecha para la verdad, para ese fuerte compromiso que resulta entre quien conoce y la realidad conocida. Renunciar a la verdad implica renunciar a conocer. La persona también está abierta al conocimiento y al querer de la Verdad. Y aquí es donde la espiritualidad puede ayudar a la psicoterapia. ¿Por qué tanto miedo a conocer a Dios, que es la Verdad? ¿Por qué ese querer empobrecido, por el miedo que a la persona le imponen los límites que restringen el conocimiento de la Verdad? ¿Cuándo y cómo la persona se dejará querer por el amor incondicionado que es la Verdad?

3. La persona como sujeto de conocimiento racional

Gracias a la inteligencia –y a la libertad que media el entender y el querer humanos-, la persona *puede abrirse a la realidad de los otros seres*. Esa apertura posibilita satisfacer relativamente su *hambre de verdad*, su *apetencia hacia el bien* y su *deseo de contemplar la belleza*. Esa apertura no se restringe al mundo, sino que se abre también a otros seres. Más aún, puede volver sobre sí, y tratar de *alcanzar la verdad del propio ser*. Pero por su relevancia para la psicoterapia, de esto último me ocuparé más extensamente en la siguiente propuesta.

La entrega actual al constructivismo, como reduccionismo de la racionalidad humana, está arruinando la gnoseología y vaciando la realidad, tras sustituirla por lo que ella no es: mera representación mental icónica, que las personas construyen y reconstruyen a su antojo. ¿Como si la realidad no fuera consistente e independiente de la persona que conoce!

La caída en este idealismo pragmático no contribuye a abrir más la mente humana, sino a obstruirla y bloquearla en el limitado ilusionismo, sospechosamente creativo, de la sinrazón.

Las cosas resisten el conocimiento humano y sólo cuando la persona se entrega a ellas, respetando su naturaleza, las cosas se abren y entregan su verdad. ¿De qué serviría al hombre un conocimiento simulado y fingido, toda vez que ha abolido la realidad que, se supone, trataba de conocer?

Sin duda alguna, todo conocimiento humano implica la capacidad de juzgar. Juzgar es una de las funciones más connaturales, espontáneas y automáticas de la

persona. Apenas la persona percibe una cosa, ya la está juzgando. El automatismo del juicio no está reñido con la renuncia a la reflexión y al pensamiento formal. Y, sin embargo, misteriosa y paradójicamente, es casi imposible que la persona deje de pensar.

En el ámbito de la psicoterapia, hay que extremar el cuidado, en este punto. En la práctica puede ser difícil que el psicoterapeuta, apenas comience a entrevistarse con el paciente, no lo esté ya juzgando. Se trataría, entonces, de un prejuicio que, además de injusto, puede oscurecer el diagnóstico y la terapia. No me refiero, claro está, a los juicios por los que hay que optar para llegar a un diagnóstico o iniciar una terapia. Me refiero más bien a ese juicio global acerca de su persona –aunque sea no intencional o inconsciente- que, sin duda alguna, parece ser irrelevante y no lo es puesto que incluso puede estorbar la terapia.

Conviene estar avisados de este tipo de juicios o prejuicios –que no hay que confundir con la intuición que acompaña al “ojo clínico”-, para pelear contra ellos y, en lo posible, evitarlos.

En este mismo orden de cosas, se puede decir que el psicoterapeuta “sabe que sabe”, gracias a su ciencia y a esa apertura cognitiva de que dispone. Pero lo que sabe o logra saber acerca del paciente es casi siempre insuficiente. Quizás por eso, también se infiera de ese saber que “sabe que no sabe”.

Esto mismo le acontece también al paciente, a pesar de su experiencia de la enfermedad o precisamente por ello. De aquí no se debería concluir una actitud de inseguridad –que sería incompatible con el mismo ejercicio profesional-, sino de humildad y prudencia.

Esto pone de manifiesto la complejidad y riqueza de la condición humana, especialmente en el ámbito de la salud mental. En una situación así, obviamente, debiera evitarse cualquier criterio dogmático, por muy contrastado que parezca estar respecto de la realidad de ese paciente. Es mejor no fiarse, desconfiar un poco de sí mismo. Estar en la convicción de que el saber de que disponemos nos permite inferir que no sabemos todo, que no sabemos lo que parecía que sabíamos. Lo que nos sitúa en un nivel, ciertamente, vulnerable, aunque compatible con la verdad.

4. La persona como un ser que se conoce a sí mismo

La persona, precisamente por esa apertura a la que antes se aludió, *puede hacer cuestión de sí misma*, esto es, *inquietarse acerca de quién es como tal persona*. Esta inquietud que subyace en el hondón de la intimidad humana se sitúa ya en un ámbito psicológico y demanda una determinada respuesta. Es la respuesta que contesta a la pregunta *¿quién soy yo?*

Es lógico que surjan espontáneamente estas inquietudes en cada persona. Pues sin el autoconocimiento personal, sin poseerse a sí misma, ¿cómo podrá darse (querer) y cómo podrá conducirse y elegir (libertad) lo que en cada momento le es más conveniente, de acuerdo con sus propósitos?

Aunque no exactamente, sino más bien como una manifestación que le acompaña, esta indagación acerca del propio ser es lo que la psicología ha denominado con el término de *autoconciencia*.

Esto pone de manifiesto que la persona puede conocerse a sí misma. No se trata de un mero conocimiento apoyado en la fantasía, la experiencia previa o lo que haya oído a los demás respecto de sí mismo. Ciertamente, ese conocimiento que la

persona tiene de sí misma es siempre menesteroso, porque ninguna persona es abarcable, ni siquiera por ella misma.

De hecho, funcionamos como si cada uno se conociera y abarcara perfectamente a sí mismo. Acaso por eso, nos movamos con una cierta seguridad en la vida. Pero la realidad es otra. Lo que late de continuo en la condición humana es un vasto resto derivado de la inseguridad ontológica que nos caracteriza.

Dicho muy sintéticamente, estamos abiertos al conocimiento, pero somos relativamente incognoscibles por nosotros mismos. Lo que nos sitúa en el misterio. En realidad, cada persona es un misterio. Los misterios no pueden ser juzgados, sino más bien contemplados, comprendidos, mientras se trata de conocerlos mejor. Respecto del misterio, ninguna persona está suficientemente informada. Si lo estuviera, si abarcara la totalidad del misterio, éste dejaría de ser tal. De aquí la alta probabilidad de que sean erróneos muchos de los juicios (y prejuicios) que cada uno tiene acerca de sí mismo.

Por consiguiente, ese conocimiento es un tanto deficitario y errático. Entre otras muchas posibilidades, hay tres importantes razones que pueden ayudarnos a comprender estas deficiencias cognitivas: la reducción del ser al pensar (racionalismo); la reducción del ser al hacer (pragmatismo); y la reducción del ser al sentir (emotivismo). Los tres reduccionismos anteriores son en la actualidad muy frecuentes. Por su relevancia para la psicoterapia, permítame que me detenga aquí con cierta brevedad.

Racionalismo: La reducción del ser a lo que de sí mismo se piensa. Casi siempre que se sufre una crisis vital, la persona suele hacer cuestión de sí. Tal vez piensa que algo le ha salido mal y comienza a cuestionarse: ¿para qué vivo yo? ¿Pero yo quién soy? ¿A dónde voy?

El auto-conocimiento humano no tiene que ser solamente racional. El conocimiento nos viene muchas veces, como en este caso, por vía de la experiencia. Esto tiene una ventaja. Conocer por vía de la experiencia es más connatural con el entretenerse biográfico de la propia vida. Pero tiene también un inconveniente, y es que si nos quedamos sólo en la experiencia y no reflexionamos sobre ella, es probable que no obtengamos la necesaria información para aprender acerca de lo que nos ha pasado.

No obstante, este conocimiento por connaturalidad es una forma de apropiarse, de tenerse a sí mismo. Lo propio del ser es el tener. El ámbito y los contenidos más primordialmente humanos de esa posesión consisten en tenerse a sí mismo, por medio del conocimiento. El conocimiento, qué duda cabe, es la forma de posesión más plena y humana. Pero no hay que reducir el ser al conocimiento, ni la persona a su razón. La caída en el racionalismo es una de las causas de la actual desconfianza en la razón.

Pragmatismo: La reducción del ser a lo hecho por la persona. En el ámbito de la psicopatología, son numerosos los pacientes que se sienten abatidos por lo que hicieron, hasta el punto de no poder perdonárselo. Han tomado la parte (lo hecho, y no todo lo que han hecho) por el todo (su persona). De esta forma, han configurado en falso su propio Yo. La presencia de lo hecho llega casi a sustituir al agente que lo hizo. Tal modo de habérselas con el propio Yo es errónea; mera consecuencia de una ignorancia tan fuertemente asumida, que constituye un poderoso obstáculo para rectificar, rehacer y continuar con la vida adelante.

En realidad, viven atrapados en una malla tejida con los prejuicios, estereotipias y sesgos derivados de lo hecho. Dicho de otra forma, el devenir biográfico de la persona hace que el conocimiento que el sujeto tiene de sí mismo, en cierta manera

sea un residuo de lo que su historia personal deja en él. En alguna forma, es éste un conocimiento no inmediato, no consciente, no reflexivo, un residuo que queda en cada persona como rehén de su propia historia. No disponen de la necesaria apertura cognitiva porque no logran separar su persona del acontecer de su propia historia.

El modo de juzgarse y valorarse, el propio conocimiento personal parece hundir también sus raíces –únicamente- en la propia historia. Han alzado la misma vertebración y continuidad de sentido de su vida personal en un determinado hecho y, por el momento, en nada más. El resultado es una vida varada en un hecho parásito.

Sin duda alguna, las acciones humanas dejan huellas en las personas. A veces, incluso las acciones más sutiles, simples y estereotipadas. Cualquier acción humana puede dejar, potencialmente, un rebufo que marque esa historia personal. Pero eso no significa que esa persona se conozca a sí misma, sino más bien todo lo contrario. Es preciso apelar de nuevo a la libertad y al futuro de la persona, a la capacidad innovadora de que está dotada para re-hacerse a sí misma.

Emotivismo: La reducción del ser a lo que la persona siente. Los sentimientos penetran todo y colorean la vida. Los sentimientos ponen ese fuerte acento de lo sentido, de lo que es vital y fresco y puede confundir la razón, con la verosimilitud de lo que es la propia evidencia. En algunos jóvenes los sentimientos con que se identifican están montados sobre la percepción social de lo que, supuestamente, consideran es el modo en que los demás les perciben. Los sesgos, falsas atribuciones y disonancias cognitivas suelen ser aquí muy frecuentes.

Lo sentido, lo experimentado es tomado ahora como lo único real. Hay gente que se considera a sí misma muy sensible o muy afectiva, y no lo es; y viceversa. En el fondo, cada persona configura un etiquetado con el que a sí misma se califica. Ese etiquetado muchas veces no tiene un fundamento en la realidad, por lo que debiera transformarse a partir de un conocimiento mejor.

La conexión que tiene con la psicoterapia es mucha, porque en esa entrevista clínica el paciente expresa sus conflictos y sentimientos, pero también relevantes conceptos y apreciaciones de sí mismo –en clave emotivista-, que pueden ser verdaderas o no.

Cada paciente nos informa de sí mismo. Hay pacientes que no hacen ninguna declaración explícita al principio de la entrevista; pero hay otros a los que hay que escuchar, puesto que sin necesidad de ninguna pregunta, cuentan de forma espontánea lo que, según ellos, consideran que es importante. Es frecuente que el comportamiento de estos últimos lo hayan aprendido en las experiencias que con anterioridad han tenido al someterse a la psicoterapia de tipo psicoanalítico. El paciente ha aprendido que es él quien tiene que hablar, mientras que el experto ha de limitarse a escuchar. El aprendizaje de ese doble “rol” de paciente y terapeuta puede condicionar el formato y estilo de la entrevista.

En otras ocasiones, el modo, el estilo (psicopatológico) con que nos informan contribuye a desvelar el trastorno que padecen. A veces hay que reconducir el diálogo hacia la información que es realmente relevante para llegar a un diagnóstico. Pero eso quiere decir que hay una autobiografía implícita –con mucha carga emocional- en cada paciente, que aflora en la entrevista. Según el moldeamiento cultural a que ha estado expuesta, la persona va seleccionando qué es relevante o no para la entrevista clínica. Es decir, dispone de un modelo teórico acerca de cómo debe de ser una entrevista clínica o una sesión de psicoterapia, así

como de ciertas hipótesis preestablecidas acerca de lo que le pasa y de lo que es su persona.

A fin de reflexionar también desde la perspectiva de la espiritualidad, ¿cuál sería la estrategia a seguir por el psicoterapeuta cuando el paciente pretende conocerse a sí mismo en Dios, desea hacer sólo su voluntad, o/y entiende que todo lo que le ha acontecido en su vida es consecuencia de lo que Dios quiere de ella?

5. La persona como un ser libre

La libertad es el rasgo, la propiedad, la característica esencial de la voluntad humana. Acaso por eso, la libertad –hoy tan exaltada como desconocida-, constituye una de las notas que mejor definen intrínsecamente a la persona.

La vivencia de la libertad hace que cada persona se experimente como causa de sí misma, como *causa sui*, es decir, como el ser que se hace a sí mismo a partir de lo que le ha sido dado. Esto demuestra que la libertad es también consecuencia de esa apertura de la persona. Pero, de otra parte, no hay, naturalmente, ninguna persona que sea autosuficiente. En cierto sentido, todos necesitamos de todos. Tal vez porque la misma libertad humana deba entenderse como inter-dependencia.

Pero ello no obsta para que, más allá de las necesidades que toda persona tiene, cada persona pueda curvarse sobre sí misma, conocer su propio ser, apreciarse en lo que vale, autodeterminarse según el proyecto de lo que quiere llegar a ser, y todo esto con las evidentes limitaciones que le acompañan, pero también con los no menos evidentes grados de libertad de que dispone. Aquí radica su grandeza constitutiva y el respeto y la dignidad que a sí misma se debe.

La persona es lo más perfecto que existe en la naturaleza, y como tal debe ser tratada. Esta especial dignidad de la persona pone de manifiesto la “capacidad activa de ser” de que dispone, su “independencia interior”, que a su vez es “expresión de un descansar-en-sí-misma” (Spaemann, 2000).

La persona puede responder de muy diversas formas y manifestar ésta o aquella habilidad, aún cuando su “inteligencia sentiente” haya recibido muy pocos impactos de los estímulos ambientales. Esto significa que la persona puede elicitar sus disponibilidades, sin que sus propuestas sean siempre meras respuestas condicionadas a la presencia de determinados estímulos. Con independencia de que las manifieste o no, el hecho es que muchas de sus facultades y/o habilidades son reales y están disponibles en esa persona.

Sea como fuere, el hecho es que la persona puede responder a los estímulos del medio ambiente –como *de facto*, suele hacer de forma habitual-, pero también puede hacer propuestas –que, en cierto modo, son respuestas-, sin que concurra ningún desencadenante estimular que las ponga en marcha.

La persona es, por tanto, un sujeto de respuestas y propuestas. Más aún, la persona puede responder ante el más absoluto vacío estimular, como también puede proponerse a sí misma estímulos que son inexistente o irreales y, -lo que es todavía más sorprendente-, responder realmente a ellos.

Dicho de otra forma: la persona no necesariamente “construye la realidad” modificando o reinterpretando los estímulos que configuran su ambiente, como propone hoy el constructivismo. La persona es ella misma alguien capaz de manifestarse de forma real en público y, por consiguiente, de transformar la realidad del mundo a través de sus acciones que, en cierto modo, también resultan transformadoras de sí misma.

Esta capacidad que la persona tiene de propuesta y de auto-estimulación, en una palabra, de invención, va mucho más allá del restringido y asfixiante ámbito que nos propone el constructivismo.

Esa acción transformadora del mundo y auto-transformante de sí misma, sin duda alguna podrá sorprendernos, especialmente si en el modelo antropológico del que partimos no se ha contado con la libertad, que también es una nota característica de la persona.

Conviene no olvidar que las acciones realizadas por el agente –en este caso la persona- son identificadas por él como propiamente suyas, con independencia de cualquiera que fuere la modalidad del comportamiento, a cuyo través aquellas se manifiestan.

Esto demuestra que la persona es capaz de trascender sus distintas acciones, no sólo porque las atribuya a sí misma y reobren sobre ella, sino también porque conllevan, sin duda alguna, una verdad intencional que rebasa con mucho el ámbito de su mera realización externa.

En cierta manera, lo que aquí comparece es la subjetividad, una nota característica de la persona, que no es definible desde la psicología científica. Pero que no sea definible nada significa frente al hecho tozudo de la experiencia interior y de la conciencia, sin las que ninguna persona es concebible.

En realidad, lo que los hechos anteriores demuestran es que el comportamiento humano no está determinado, aunque sí condicionado. Ese ámbito o espacio que va del condicionamiento a la determinación es el que, precisamente, ocupa la libertad. El hecho de que la persona sepa porqué actúa y se determine a sí misma con la determinación por la que opta, pone de manifiesto que su comportamiento es libre, que no puede ser reducido a meros factores explicativos –el estímulo y la respuesta-, como tampoco puede ser rigurosamente objetivado.

Esta capacidad de elección supone la deliberación, que no debe ser entendida como una oscilación entre polos relativamente opuestos, según la mayor o menor atracción que los estímulos ejerzan sobre la persona y, por tanto, un comportamiento relativamente próximo a un cierto determinismo.

La deliberación debiera entenderse más que como un movimiento oscilatorio, restringido y limitado, como lo que es: el *iter* que caracteriza el progreso dinámico propio de la conducta de un ser vivo que se propone ciertos fines.

La libertad, qué duda cabe, media entre el yo (los motivos, la intencionalidad) y las acciones por las que la persona opta (la libertad). En este sentido, puede afirmarse que ni siquiera los motivos –especialmente, los que no son puramente tendenciales- escapan a esa libre conducción de sí misma, por parte de la persona.

No hay, pues, una concatenación mecánico-causal para la explicación del libre comportamiento humano. Esto no empece para que ese comportamiento esté parcialmente condicionado por numerosos factores (la propia naturaleza personal, el contexto ambiental, el anterior uso de la libertad, los hábitos que ha generado en la persona el uso de esa libertad, etc.).

Desde la psicología empírica es difícil explicar los actos libres de la persona. Tal vez por eso, sea más conveniente tratar de comprenderlos. Los actos libres proceden de una persona (en función del fin y los medios que ha diseñado para ello), que actúa según su peculiar esencia, con relativa independencia de sus condiciones ambientales y de los condicionamientos corporales a través de los cuales los lleva a cabo.

Si los actos libres no están absolutamente determinados por los anteriores condicionamientos negativos, podría argüirse que tal vez tampoco estén

absolutamente determinados por otros condicionamientos positivos (sus propias vivencias, su psiquistoria, sus proyectos, los valores que quiera alcanzar, etc.). Esta última propuesta parece ser más razonable. Es por ello mejor hablar de condicionamiento que de determinación, puesto que por muy positivos o negativos que sean esos condicionamientos, al fin y al cabo también han sido relativamente elegidos o consentidos por la persona.

Puestos a enfrentar una y otra determinaciones, es patente que el libre comportamiento humano se ensambla mejor con esos condicionamientos positivos que con los negativos, a los que ya se aludió. Y eso porque aquellos se ajustan mejor a la propia naturaleza de la libertad humana.

Cabría concluir, según esta perspectiva, que ese *plus* en que consiste la libertad humana se articula orgánicamente mejor con las motivaciones e intencionalidades que cada persona se da a sí misma para actuar.

La libertad es pues un atributo de la persona que aunque, en alguna forma, sea desvelada en su comportamiento, no obstante, se reside en ella y no en el comportamiento. De hecho, por muy libres que sean las acciones humanas nunca serán más libres que el agente, que la persona de que proceden. Así como la libertad de los actos humanos podría ser objeto –no sin dificultades- de una cierta evaluación objetivadora, la libertad del agente en modo alguno puede ser sometida a medida.

Como se ha hecho notar, líneas atrás, el actuar humano no procede de una restringida libertad confinada o cautiva, que se conforma con la mera no coacción. Es cierto que no todas las personas son igualmente libres, en función de muchos de los condicionamientos que en ellas operan, entre los que se incluye también el uso que de la propia libertad haya hecho esa persona con anterioridad.

Pero es igualmente cierto que puede haber un crecimiento irrestricto en la libertad personal, en función de lo que cada persona haga con ella. Todo lo cual nos persuade a postular el crecimiento irrestricto de la persona, que al elegir, elige determinarse a sí misma y que, al hacer lo que hace, en cierto modo, se hace a sí propia.

Por eso mismo, la formación de la persona no acaba nunca. La vertebración de la personalidad, a través de esa formación, precisa que la libertad personal comparezca y quede comprometida en cada una de sus acciones u omisiones. De aquí que pueda afirmarse, que no elegimos lo que somos, pero sí somos, en algún modo, lo que elegimos.

La libertad es una de las notas más radicales de la persona, hoy puesta en alza por la nueva sensibilidad, aunque no muy bien entendida en la sociedad. La libertad se hace patente en el actuar humano. En efecto, la persona reconoce –y se reconoce, aunque no siempre- en los actos que realiza. La persona es dueña no sólo de sus actos, sino del principio de sus actos, de “aquello cuyo principio está en uno mismo” (Yepes Stork, 1996). Por eso, precisamente, cada persona elige la trayectoria biográfica que constituye su vida, a la que conduce a su propio destino.

Algunos autores han reducido la persona a sus actos, sin precisar ni adentrarse como debieran, en la explicación de algo que es más originario y fundamental: ¿de dónde procede esta capacidad para actuar libremente?

En cualquier caso, como escribe Ferrer (2002), comentando a Bergson, “el acto libre es irreductible a los intentos de explicación desde dentro o desde fuera de su agente, sencillamente porque es un acto que en su realización no puede ser objetivado, ni *a fortiori* reducido a unos factores explicativos”.

El hecho de que la persona esté dotada de vida inteligente es lo que puede explicar la procedencia de esta capacidad para comportarse y actuar libremente. En efecto, la persona no depende tanto del medio y/o del aprendizaje como en el caso del animal. Igual sucede respecto de la relativa e importante programación filogenética con que llega a este mundo (instintos).

“Lo propiamente humano –escribe Yepes Stork, 1996- es la capacidad de darse a sí mismo fines y de elegir los medios para llevarlos a cabo. En esto consiste la libertad: en que el hombre es dueño de sus fines (...) En el hombre el pensamiento es tan radical y tan natural como las biología”. Esto quiere decir que la persona es capaz de asumir los motivos por los que opta, motivar con ellos su comportamiento y dirigirse a los fines que se ha dado a sí misma.

La conducta libre, como nota característica de la persona, manifiesta y refrenda al mismo tiempo otras notas a las que antes se aludió. Siguiendo a Scheler (1960), este es el caso de su singularidad (ninguna persona se reduce a un caso de la ley general) e identidad (a pesar de la multiplicidad y diversidad de sus comportamientos, permanece como la misma persona –que resiste a los cambios), lo que le remite precisamente a su *ethos*.

Desde este horizonte resulta mejor explicada la acción humana libre, pues como afirma el autor antes mencionado, tal comportamiento “se efectúa según la idea y el método de una persona, que actúa según su esencia como la misma en todas sus manifestaciones, cualquiera que sea el modo como estén dispuestas espacial y temporalmente y cualquiera que sea la clase de mecanismos físicos y corporales mediante los que se realizan”.

Desde la perspectiva espiritual, el psicoterapeuta puede plantearse otras muchas cuestiones acerca de la libertad de los pacientes como, por ejemplo, ¿qué relación puede establecerse entre interdependencia, dependencia y libertad? ¿Puede renunciarse a la libertad, en función de ciertos compromisos por los que se optó? ¿Hay algún límite o frontera a esa renuncia? ¿Cómo entender que la persona dependa de su Creador –habiendo sido creada de la nada-, como dice Kierkegaard, y que, al mismo tiempo, disponga de independencia y sea libre respecto de Dios? ¿Qué relación hay entre libertad y *ethos*? ¿Es la ética una limitación o, por el contrario, es la ciencia que nos ayuda a alcanzar la felicidad? ¿Cómo relacionar la enfermedad, la libertad y la voluntad de Dios?

6. La persona como un ser corpóreo

La persona se manifiesta a través de su cuerpo. “El cuerpo es la condición de posibilidad de la manifestación humana (...) Por eso tenemos un cuerpo configurado de tal modo que puede expresarla” (Yepes Stork, 1996). De hecho, la persona no puede representarse a sí misma o a cualquier otra persona sin que comparezca ante ella (mental o realmente) la imagen del rostro y del cuerpo en que consiste, la recuerda y representa.

Las relaciones entre el “yo” y la corporalidad han sido bien estudiadas en el ámbito de la psiquiatría (López-Ibor y López-Ibor Aliño, 1974). El yo no es el cuerpo, pero tampoco es concebible un cuerpo sin yo. El cuerpo no es una pertenencia del yo, aunque el yo en cierta manera le esté sometido. El yo se hace presente al mundo a través del cuerpo; pero a su vez el mundo se hace presente al cuerpo a través del yo. El yo es la instancia que media la relación entre el yo y el mundo (Polaino-Lorente, 1975 y 1993a y b).

Como sostiene Edith Stein, “el hombre con todas sus capacidades corporales y anímicas, es el “sí mismo” que tengo que formar. Pero ¿qué es el yo? Lo denominamos persona libre y espiritual, cuya vida son los actos intencionales (...) ¿Pertenece la *personalidad*, la forma del yo, a la naturaleza humana, y se puede determinar el lugar que ocupa en ella?” (Stein, 1998, p.150).

Stein responderá a esta cuestión apelando a las relaciones ente el yo y el cuerpo, y el yo y el alma. El yo no es el cuerpo sino que es en un cuerpo, al que posee y al que relativamente domina, pero también al que, inevitablemente, está atado.

Por lo que se refiere a las relaciones entre el yo y el alma, tampoco puede afirmarse que el yo se identifique con el alma. “Mi cuerpo –afirmará- es el cuerpo de un hombre y mi alma el alma de un hombre, y esto significa que son un cuerpo personal y un alma personal. (...) Si me retrotraigo a lo que vivencio en mi interior, ¿qué significa “yo” y qué significa “alma”? El yo mismo, en tanto en cuanto se conciba como “yo puro”, no puede estar en casa en modo alguno. Solo un yo anímico puede estar en casa, y de él cabe decir también que está en casa cuando está en sí mismo. Vemos entonces que de repente el yo y el alma se acercan sobremanera entre sí. No puede haber alma humana sin yo, puesto que la primera es personal por su estructura misma. Pero un Yo humano tiene que ser también un yo anímico: no puede haber Yo humano sin alma (...), por tener sus raíces a mayor o menor profundidad dentro del alma” (Stein, 1998, pp. 152-155).

El espacio anímico en el que el yo tiene su lugar propio es el punto más profundo del alma. “Sólo desde él puede el alma “recogerse” o desde ningún otro punto tampoco puede abarcarse por entero a sí misma. Solo desde él puede adoptar decisiones importantes, tomar partido por algo o hacer donación de sí misma. Todos estos son actos de la persona. Soy *yo* quien ha de adoptar decisiones, tomar partido, etc. Este es el yo personal que a la vez es un yo anímico que pertenece a esta alma y tiene en ella su lugar propio” (Stein, 1998, p.155).

Sin la corporalidad sería imposible estar en el mundo y establecer relaciones con él. La intimidad se manifiesta al otro por medio del lenguaje, pero también a través del cuerpo y de la actividad humana. En realidad, tanto el lenguaje como la acción precisan de un cuerpo por medio del cual ambos se llevan a cabo.

El cuerpo, sin embargo, no es la intimidad, aunque forme parte de ella. El dentro de la interioridad y el escenario de la conciencia no es el cuerpo. Sin embargo, sería falso afirmar que el cuerpo es algo adventicio o yuxtapuesto a la intimidad.

En cierta forma, el yo tiene al cuerpo y es tenido por él. Como en otro cierto sentido, podría afirmarse que el yo es el cuerpo –aunque no sean perfectamente superponibles- y el cuerpo es el yo. Dicho más brevemente: lo que el yo y el cuerpo ponen de manifiesto es la composición constitutiva de la persona o, si se prefiere, que la persona es un yo corpóreo, es decir, una carne espiritualizada y un espíritu encarnado.

La persona tiene un cuerpo y es un cuerpo. Al mismo tiempo, ese cuerpo tiene a la persona, imponiéndole sus limitaciones y permitiendo que exprese y perfeccione sus potencialidades. Somos el cuerpo que tenemos, aunque somos más que el cuerpo que, en cierto modo, nos tiene. La singularidad e irrepetibilidad de la persona hincan sus raíces, precisamente, en el espíritu encarnado y en el cuerpo espiritualizado en que consiste su ser.

No toda la anatomía corporal tiene la misma relevancia respecto de la intimidad, como tampoco respecto de las relaciones interpersonales y manifestaciones culturales. De esto último podrían dar razón más que suficiente las mujeres, mucho más sujetas a las modas y modelos culturales que los hombres.

La aceptación de sí mismo exige la aceptación de la propia corporalidad. En este ámbito los trastornos psicopatológicos han crecido mucho. Hay muchas personas que no aceptan el cuerpo que tienen –o, al menos, ciertas dimensiones corporales, como la talla, el peso, el tipo, la morfología, el rostro, etc. -, lo que les conduce a un rechazo parcial de su propia persona. Otras, en cambio, lo que no aceptan y rechazan son ciertos rasgos de su manera de ser (temperamento, carácter o personalidad), por lo que tampoco están conformes consigo mismas.

Esas supuestas disconformidades con el propio yo carecen de fundamento y son consecuencia, muchas veces de haberse comparado con los demás o con los modelos magnificados y puestos en valor estético por ciertas modas. Lo paradójico del caso es que no se puede elegir desde el yo originario (corporal y espiritual) otro yo diverso (que siempre sería un “otro”), diferente al ser personal. El rechazo del ser en el origen y la aspiración a transformarse en la persona que no se es configura el encaminamiento a una cierta alienación. Por el contrario, la aceptación de sí mismo y la decisión de hacer crecer y desarrollar las potencialidades de las que ya se dispone encamina a la realización personal.

De la amplia geografía anatómica humana, *el rostro* constituye la porción más relevante para nuestra intimidad y la vida de relación. Los animales no disponen de rostro; las personas sí. Como escribe Marías (1973), el rostro es “una singular abreviatura de la realidad personal en su integridad (...) La persona está presente en su cara, está viviendo en ella... La cara es la persona misma, vista”.

En el contexto del rostro o la cara, *los ojos* constituyen el hito más atractivo y con mayor silencia estimular para la compenetración e intercambio de las respectivas intimidades personales. Las personas que quieran compartir su intimidad harían muy bien –se facilitaría mucho el cumplimiento de su deseo- si se mirasen más a los ojos, el lugar donde una y otra personas se abren y se encuentran, en igualdad de condiciones. Ante la desnudez de las miradas de sus respectivos ojos –poner ‘el ojo en el ojo’-, constituye el escenario donde se desvela y entrega, respectivamente, la propia intimidad al otro.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, pueden formularse algunas preguntas que tal vez sean útiles para el paciente y el psicoterapeuta, como, por ejemplo, si la persona no se ha dado a sí misma el ser, ¿por qué no aceptarlo como es, y construir a partir de lo que le ha sido “dado”? ¿Se puede convivir con el propio yo si no se respeta? ¿Se trataría igual al cuerpo si se considerase que es “templo del Espíritu Santo”? Si se creyera en la resurrección del cuerpo, sin ningún defecto y con la plenitud de todas sus perfecciones, ¿no contribuiría esto a aceptarlo y respetarlo ahora como es?

7. La persona como un ser capaz de tener, dar y recibir

La persona no es un “ser-en-sí”, ni un “ser-para-sí”. Si la vida se atuviera a las dos proposiciones anteriores, surgirían de inmediato preguntas lacerantes acerca de la propia existencia. ¿Qué hago yo con mi vida? ¿Dedicarla por entero a mí mismo? ¿Y qué adelanto con ello? ¿No me aburriré acaso en esa soledad individualista e insoportable? ¿No me sentiré fracasado, raro y distinto de los demás?

Si por el contrario, partimos de otra proposición, la persona es un “ser-para-otro”, entonces las cosas de la vida se cargan de significado y la misma vida personal llega a tener sentido. Ciertamente que “vivir-para-otro” puede ser, en ocasiones, muy costoso y llegar a experimentarse el cansancio de la vida. Esto es también cierto, pero no

invalida la proposición inicial. La persona se realiza en la medida que se regala a los demás. Otra cosa es que apele a la prudencia, en evitación del esfuerzo excesivo y del agotamiento, de acuerdo con sus naturales limitaciones y disponibilidades.

Convengamos, por un momento, que la persona es un “ser para la donación”. Y ello porque lo propio del ser es el tener (*haber*). Según el ser, así el tener. El tener sigue al ser. El tener más importante de la persona es el *tenerse a sí misma*. Pero este tenerse a sí propio, de poco o nada serviría si se quedara estancado en sólo auto-poseerse a sí misma, contemplarse a ella misma. En ese caso se trataría de un tenerse sin finalidad alguna (ateleológico), de una posesión tal vez epidérmica y superficial. El tenerse característico de la persona apunta a un fin: el de una subsistencia abierta a la coexistencia (Polo, 1996).

De otra parte, para dar hay que tener. Nadie puede dar lo que no tiene. Pero si la persona se tiene a sí misma (por el conocimiento y la voluntad), la naturaleza de esa misma “pertenencia” le invita y empuja a servir a los otros, a la expropiación de sí en favor del otro, a la donación de sí misma. Porque sólo así, esa persona alcanzará su propio fin.

De aquí que la actividad efusiva y donadora sea otra de las notas características de la persona. Sin duda alguna, la persona es un ser capaz de dar. Esto lo atestigua la evidencia empírica más elemental y generalizada. En cierto modo, la intimidad personal sabe mucho del efecto de las muy diversas donaciones que ha recibido y del modo en que se han aceptado en la propia identidad personal.

Pero para dar, para regalar, para darse es preciso que haya alguien que reciba el don. Sin aceptante no es posible el donante. La persona que quiere donarse puede tratar de darse, pero si el aceptante rechaza el don, la acción del donante se habrá quedado en un mero intento de dar, fallido y frustrado. ¡Triste esfuerzo el que con tanta generosidad ha realizado, si no tiene quien acoja ese don! No basta, pues, con tenerse y darse, es preciso también “disponer” un aceptante para que la acción de darse alcance su perfección, es decir, para que llegue cumplidamente a ser lo que es (Polaino-Lorente, 2000a).

En el fondo, la donación también podría entenderse desde la perspectiva de otras de las notas a las que ya se aludió, como la capacidad de apertura de la persona. En efecto, dar es un cierto modo de salir de sí, tal y como se asientan ciertas partidas en la columna de “salidas” de los libros de contabilidad. Pero este salir de sí es todavía más radical y propio de la persona, puesto que lo dado consiste precisamente en su ser personal, es decir, cuando en lugar de dar (cosas) es a sí misma (persona) la que se da.

Tener (como posesión de sí), *dar* (entendido como darse) y *recibir* (léase aquí acoger), son notas que sólo caracterizan a la persona, por ser algo propio y distintivo de ella.

Desde la perspectiva de la espiritualidad en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que ayuden a reflexionar: ¿Es posible vivir la vida personal como una donación continuada a los demás? ¿Tiene eso sentido? ¿Simplificaría esta actitud los conflictos neuróticos del yo? ¿Sabemos aceptar y acoger el don que las otras personas nos hacen? ¿También los dones que Dios nos hace? ¿Cabe entender la propia vida como una donación de sí mismo a Dios, en-las -personas-de-los-otros?

8. La persona como un ser dialógico

La capacidad de apertura, que hemos visto líneas atrás, tiene una significación muy especial en todo lo que se refiere al otro, a la relación con el otro. En *el encuentro interpersonal* las distancias se disuelven. Cuando una intimidad es donada y acogida libremente por otra persona, la apertura es tal que la distancia entre ellos desaparece.

No obstante, esta apertura oculta serias dificultades, de las que ya se trató en otro lugar (cfr., Polaino-Lorente, 2000b). Baste aquí señalar que lo propio de esa relación interpersonal es el hecho de compartir. Pero frente a él siempre es posible encontrar formas de relación morbosas como la *fusión* o las *mutuas exclusiones*.

“En la persona la relación –escribe Ferrer, 2002- es tan primaria y constitutiva como es la subsistencia”. En efecto, sin la comparecencia del otro, del “tú”, no es posible la acertada toma de conciencia del “yo”. Mediante la relación, el otro comparece en presencia de la persona como quien le delimita quién es, al mismo tiempo que, tomando ocasión del otro, brinda la posibilidad a la persona de que se identifique como un “yo”.

En el ámbito de la conciencia del “yo” –no de la conciencia de la persona- el encuentro con el “tú” es anterior y condición de posibilidad de la conciencia del “yo”. Dicho de otra forma, sin la conciencia de alguien que no sea el propio yo, la conciencia del “yo” se ofuscaría y sofocaría sin acertar a encontrar el propio yo. En este sentido se afirma que el encuentro con el “tú” desvela la conciencia del “yo”. El “yo” se desvela y robustece en la relación con el “tú”, porque es precisamente en el “tú”, en “lo-que-no-es-yo”, donde reverberan los primeros destellos balbucientes del yo.

“El yo –escribe Ferrer, 2002- es la actualización propia y retroreferencial de quien es ya persona en su realidad, aun antes de ser consciente.” Cuando la persona dice “yo” es porque experimenta la necesidad de relacionarse con otro interlocutor que no es yo, y que es el “tú”.

La comunión –que funda la comunidad de personas- acontece no cuando lo que une a las personas es el mero interés personal, sino cuando lo que las reúne es la adhesión en su conciencia del bien o el valor que, personalizado, tiene también una dimensión extrapersonal, es decir, comunitaria, consolidando un motivo que justifica la dedicación en común.

Cuando esto sucede la vivencia personal se convierte en con-vivencia, la unión en comunión y la existencia en co-existencia. En ese caso ya no hay pertenencias comunicables y en solitario, sino que todo el “haber” de cada persona, en su singularidad, se transforma en una co-pertenencia que sirve de fundamento a la emergencia del “nosotros”.

Y ese “nosotros” es algo mejor y más poderosamente fundado que los meros encuentros inesperados y fugaces, por muy impactantes que sean. La emergencia o eclosión del “nosotros” surge y va pareja con la conciencia del compromiso con los otros. Acontece, entonces, un entrecruzamiento biográfico y vital tan significativo, que si se fragmenta esa relación, cada vida individual se aísla en sí misma y puede llegar a perder por completo su sentido y significado (Nédoncelle, 1997).

Esto demuestra que la persona necesita una cierta comunicabilidad en el ser. La persona es, pues, un ser dialógico, y por tanto necesita del diálogo y la comunicación.

De esta necesidad de la comunicabilidad en el ser se puede tratar a niveles epistémicos muy diversos. Puede tratarse de la comunicación verbal, gestual, etc.;

pero puede tratarse también de la comunicación en el ser, en cuanto tal, que es la más compleja.

En el fondo, la comunicabilidad dialógica en el ser se nos manifiesta como un cierto desvelamiento, por cuya virtud lo que está íntimo, cautivo y reservado a la mirada de los extraños se pone al descubierto ante una singular persona. Esto es lo que acaece en la psicoterapia.

Esta es la esencia del diálogo psicoterapéutico y de sus consecuencias positivas: el sentirse comprendido, la alianza terapéutica, la adhesión a la terapia, etc. Esta actitud dialógica es todavía más urgida en la psicoterapia si partimos del hecho de que el diálogo en el paciente está exigido por el estado de necesidad en que se encuentra. Por consiguiente, si la comunicación es vital para cualquier persona, para el paciente, en el ámbito de la psicoterapia, resulta irrenunciable.

Ahora bien, esa comunicabilidad en el ser es un tanto restrictiva y relativa. Un problema que, como psicoterapeutas, también nos atañe. Por poderosa que sea la necesidad de comunicarse de una persona, hay contenidos inefables que no son transferibles al terapeuta, por la sencilla razón de que no disponemos de las palabras necesarias. Hay tantas experiencias y vivencias inefables que no hay palabras para traducir exactamente lo que se ha vivido. Uno de los límites de la comunicación es el propio lenguaje, que es insuficiente. Lo que no se comunica no se comparte, y lo que no se comparte no une sino que aísla.

De una parte, en la sociedad actualidad hay mucha indefensión, como consecuencia de la incomunicación, pero al mismo tiempo es muy escasa la fe, la confianza en las personas. Esta desconfianza y escepticismo es lo que, lamentablemente encontramos, a veces, en los pacientes.

De otra parte, asistimos a la paradoja humana de una cierta contraposición entre esa apertura irrestricta que caracteriza a la persona, al mismo tiempo que la imposibilidad de la total comunicabilidad del ser y la vida personal.

La perspectiva fenomenológica en que nos sitúa la observación de esta antítesis irreductible demanda un principio ontológico que de cuenta de ello. La solución aportada por la definición de persona, según Boecio (*sustancia individual de naturaleza racional*), no acaba de satisfacer la zozobra de esta conjunción de opuestos.

La apelación genérica al concepto aristotélico de *sustancia* (lo que está bajo los accidentes) no se muestra suficiente para dar razón de la individualidad de la persona. De aquí que diversos autores hayan propuesto soluciones diferentes, a fin de rebasar este escollo.

Siguiendo a Ferrer (2002), quien hace una revisión muy atinada del tema, conviene seguir el modo en que algunos recientes filósofos se han planteado la solución de este problema.

Así, Zubiri (1989), establece el constitutivo de la persona en la *suidad* (“ser suya”). “Persona –escribe– es justamente ser suyo. No es simplemente ser de suyo. De suyo son todas las cosas reales: en ello consiste ser real. Pero solamente la realidad abierta es la que reduplicativamente y formalmente no solamente es de suyo, sino que además es suya”. Por aquí quedaría explicada la incomunicabilidad de la sustancia individual, pero no la necesidad de relación personal. Según este mismo autor, “la *relación* no se añade conceptual ni realmente a la subsistencia, sino que la intensifica haciendo de ella una realidad ‘suya’ o en posesión de sí”. Con ello se establece una cierta articulación entre la incomunicabilidad de la singularidad ontológica y la apertura a la relación interpersonal.

Para Polo (1996), en cambio, “persona significa *subsistencia*. El no estar sujeto a la necesidad de mantenerse recurriendo a lo ajeno es el sentido estricto del subsistir”, que es lo propio de la sustancia individual de la persona, es decir, el modo peculiar de existir que es privativo de su intimidad. Ahora bien, ¿cómo se articula esta *subsistencia incomunicable* con la *comunicabilidad* exigida por la relación interpersonal? Polo entiende la segunda como *coexistencia*. En efecto, añade, “la persona es el ser donal. Según su carácter donal, el hombre es tanto en sí como en relación: coexiste. El descubrimiento del ser va más allá de la sustancia porque arranca más acá de ella –en este sentido se dice que la persona subsiste”.

Esta *subsistencia* en que consiste la singularidad ontológica de la persona es también *coexistencia*, y por ello mismo abierta a la relación interpersonal. *Subsistencia y coexistencia* constituyen la explicación de la incomunicabilidad (singularidad ontológica) y comunicabilidad (relación) de la persona. Desde esta perspectiva, ¿sería válido afirmar la persona como *subsistencia abierta a la coexistencia* o como *coexistencia subsistente*, en función de que se enfatizara una u otra de estas dos propiedades en relativa oposición frontal?

En esta perspectiva constitutiva, se muestra que la persona necesita del diálogo interpersonal. La persona no se basta a sí misma, sino que su interioridad está abocada a compartirla con los demás. Hay aspectos y sucesos de su vivir que sólo cuando libremente los abre a los demás y los comparte con ellos se ajustan en su verdadera posición y pierden toda esa carga de incertidumbre y ansiedad, que es consecuencia de la soledad (Polaino-Lorente, 1993a y b; Polaino-Lorente y Martínez Cano, 1999).

Por medio del habla la persona manifiesta su intimidad, es decir, abre su intimidad y la traslada y exporta a la intimidad de otro, en la confianza y seguridad de poder compartirla con él. Esta necesidad de diálogo –incluso para la propia supervivencia y el atemperarse de su interioridad- es irreprimible.

La persona o habla con otro o acabará hablando en voz alta consigo misma. ¡Tanta es la necesidad que experimenta de compartir su intimidad! Esto es lo que hace que la persona sea un ser dialógico (Lain Entralgo, 1983), un alguien que constitutivamente es un ser dialogante.

Es lógico que sea así, pues de lo contrario no se entendería qué función tiene esa arma tan poderosa que es el lenguaje. El lenguaje o sirve para comunicarse con otro o no es tal. Por eso, cuando el lenguaje se emplea para tergiversar sus contenidos y manipular al otro (López Quintás, 1979), hay que concluir que la persona está trastornada. Está empleando un procedimiento muy sofisticado que es natural, aunque de forma antinatural.

La ausencia de diálogo encierra a la persona en el solipsismo, al mismo tiempo que la arruina y degrada a lo que, en modo alguno, es ella misma. En los pacientes esquizofrénicos se observa muy bien este uso antinatural y contracomunicacional del lenguaje, que obviamente constituye una de las más profundas y graves psicopatologías (Polaino-Lorente, 2000b).

La mayoría de los conflictos conyugales, familiares e interpersonales están atravesados por una grave perturbación de la capacidad dialógica de quienes los sufren. Esto pone de manifiesto que “la persona necesita del encuentro con otra persona, que no hay yo sin tú, que para ser el que realmente se es, se necesita de la comparecencia, la donación, la escucha y la co-existencia con el otro” (Polaino-Lorente 2003 a y b).

Esta necesidad de diálogo es consecuencia y manifestación de su apertura natural, a la que ya se ha hecho mención en anteriores epígrafes. El diálogo es el

instrumento útil para la comprensión, para sentirse comprendido, para tomar conciencia de que no se está solo, de que lo más lacerante o lo más gozoso reobra sobre la persona con un distinto significado cuando se comparte con otra.

Sentirse comprendido es como hacer pié en la propia existencia, experimentar que lo que nos afecta también le afecta –y no sabemos con qué intensidad- al otro con el que se comparte la intimidad. Pero si se com-parte el peso de ese contenido, también su peso se fracciona y distribuye de otro modo.

Puede afirmarse que cuando el dolor se comparte, disminuye su intensidad; por el contrario, cuando la alegría se comparte aumenta su intensidad y amplitud. En el caso de esta última, habría que decir que la alegría se acrece en la medida que se comparte y disminuye en la misma medida que la persona se la reserva para sí misma.

De nada serviría abrir ese diálogo, fecundo y majestuoso, si el otro no escuchase. Dialogar tiene mucho que ver con saber escuchar y también con saber abrirse. En el diálogo es más importante escuchar que tomar la iniciativa, aún cuando esta última sea muy importante (Polaino-Lorente, 2008a).

Nos hallamos aquí ante otra paradoja: la intimidad es lo que naturalmente está blindado respecto de la percepción del otro. Pero al mismo tiempo, la intimidad no se basta a sí misma, sino que anhela verterse a la intimidad de otra persona, a fin de compartirla y encontrar un punto de equilibrio, en el que comprenderse y auto explicarse a sí misma.

Sin comunicación no es posible ni la vida personal ni la vida social. Y es que, como escribe Yepes Stork (1996), “el conocimiento de la propia identidad, la conciencia de uno mismo, sólo se alcanza mediante la intersubjetividad, es decir, gracias al concurso de los otros” (Taylor, 1994).

Esta paradoja podría formularse en otros extremos, también antitéticos como identidad personal y necesidad de relación interpersonal. La familia es el lugar primordial donde se acuna y desarrolla esa capacidad de diálogo. Si la familia se fragmenta, la actitud para el diálogo en los hijos puede resultar afectada.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que ayuden a reflexionar: ¿Cómo es la comunicabilidad en Dios? En el misterio trinitario la máxima comunicabilidad del ser es la que se da entre las tres personas divinas. Tanto que la relación entre dos personas, es una persona subsistente. ¿Puede establecerse un diálogo entre la persona y Dios? En el caso de que una persona no pueda, ¿es que Dios no habla o es que la persona no sabe escucharle? En el caso de que sí se establezca ese diálogo, ¿puede mejorar este diálogo los trastornos y el sufrimiento de las personas?

9. La persona como un ser que quiere querer y quiere se querido

Todas las personas quieren ser queridas. En esto consiste el apego infantil (*attachement*), esa primera relación afectiva y efectiva –además de cognitiva, motora y social- que acontece entre el niño y los padres o las figuras parentales (Vargas y Polaino-Lorente, 1996). Se diría que en las edades tempranas de la vida es más necesario e importante “ser querido” que “querer”. Entre otras cosas, porque el niño todavía no sabe muy bien en qué consiste eso de querer y, sin embargo, es patente que necesita que le quieran.

Esta propiedad se da en todas las personas, aunque en diverso grado y con formalidades muy diversas, en función del estilo afectivo que les caracteriza. El

imprinting afectivo, ese primer troquelaje de la afectividad a expensas de las relaciones con los padres, puede condicionar –y mucho- la expresión y recepción de los afectos en la persona durante su vida adulta.

Sea como fuere, el hecho es que la natural apetencia a ser querido está presente en todas las personas, aunque no de la misma forma. El hecho de sentirse querido significa que su identidad es reconocida, que guarda como persona un conjunto de valores que la hacen valiosa, que cuentan con ella, que la aceptan y que la acogen porque su vida importa a los demás. Tal vez por eso, aunque un niño se muestre indiferente, mutista, aislado e incomunicado, con o sin otras patologías, el hecho es que en alguna forma quiere que le quieran.

La diversidad de los estilos afectivos y su evolución a lo largo de la vida puede plantear problemas muy complejos. Este es el caso, por ejemplo, de la alternativa dependencia versus independencia afectiva; de la pasividad o actividad frente a la demanda y recepción del querer; de la mayor o menor facilidad para expresar emociones; del perfil de la emotividad característica de una persona; etc. De otra parte, hay personas que no se han sentido queridas por sus padres, con independencia de que sus padres les hayan querido a su manera.

Muchas de las anteriores circunstancias pueden transformarse en un problema psicológico susceptible de condicionar un desarrollo anómalo de la personalidad. La psicoterapia está indicada en las personas en las que concurren las anteriores circunstancias, por ser candidatos a desarrollar estilos de vida perturbadores para sí mismas y para quienes se relacionan con ellas.

Obviamente para evitar las anteriores patologías, el tema de aprender y enseñar a querer es una de las asignaturas pendientes, en la que los padres debieran estar mejor formados. Bastaría en principio con que los padres conociesen mejor en este aspecto a sus hijos (no hay dos hijos iguales), además de los cambios afectivos que suelen producirse a lo largo del desarrollo afectivo. En este ámbito, las omisiones pueden ser catastróficas por lo que más tarde precisan de programas psicoterapéuticos muy complejos y de larga duración.

Otra cosa a tener en cuenta es que la persona manifiesta su afecto de acuerdo con su ser natural. Se trata, pues, de una manifestación espontánea que puede educarse, pero que no conviene forzar por cuanto depende también del temperamento y como ya sostenía Hipócrates “tu temperamento es tu destino”.

El hecho es que a la persona le afectan los afectos de los demás. Sentirse querido es el “motor” que pone en marcha la disposición a querer. Nada tiene de particular que en esas primeras experiencias arraigue la empatía y se configure así un determinado estilo afectivo.

Por consiguiente, la empatía no es nada más y nada menos que eso: el modo en que las personas se abren a los sentimientos ajenos, poniéndose en su lugar, para tratar de hacerse cargo, sin errores ni distorsiones, de lo que los otros sienten. La empatía está relacionada con un sentimiento básico, la compasión, que no conviene reprimir. Es lo que sucede, por ejemplo, cuando una persona sale a la calle y se encuentra con una anciana arrugada, aterida de frío y que está llorando. Aunque no la conozca de nada, algo se pone en marcha en el interior de esa persona. La intuición de lo que la anciana está sintiendo afecta, sin embargo, al despreocupado transeúnte. Observar a una pareja discutiendo a gritos nos afecta. Observar a una madre que sonríe y trata con ternura a su hijo, también nos afecta.

Estas experiencias ponen de manifiesto la importancia del tema de la afectividad en el ámbito de la psicoterapia. El terapeuta, qué duda cabe, no puede actuar desde la indiferencia e impasibilidad. Cuanto más se implique, cuanto más resuene

en su intimidad el eco de las emociones experimentadas por el paciente, tanto mayor será su comprensión y eficacia terapéutica.

Llegados a este punto, hay muchas cuestiones a las que habría que responder. Tomaré una sola de ellas, a modo de ejemplo: ¿cuál es el espacio en el que ha de situarse el terapeuta para no ser devorado por la voracidad de los sentimientos de los pacientes, al mismo tiempo que se implica personalmente, con todos los recursos de que dispone, para ayudarlo a resolver sus problemas? No, no es fácil tomar en esta situación una determinada opción y mucho menos dar una “receta” que sirva para todos. Lo que está claro es que la indiferencia es mala compañera en el viaje de la terapia.

Esto supone que el terapeuta tiene que disponer de la capacidad de sufrir lo que los otros sufren, con tal de no quedar neutralizado o apresado por ese sufrimiento. Si el terapeuta se implica demasiado no dispondrá del espacio vital y la necesaria distancia para evaluar y tomar la opción más conveniente. Pero tampoco puede blindarse en su indiferencia, y no dejarse afectar por los afectos del otro. Es decir, el terapeuta tiene que ser ante todo una persona –y si fuera posible, con la necesaria madurez y sentido común- y no sólo un técnico en la modificación de los sentimientos ajenos.

A mi entender, desde la indiferencia no se ayuda a nadie, pero desde la excesiva blandura tampoco. Es preciso encontrar una posición de equilibrio –cuestión nada fácil y variable según las personas y sus circunstancias-, para desde ella implicarse con la cabeza y el corazón en lo que al otro acontece. Sólo así los problemas y conflictos pueden ser compartidos y, en consecuencia, aliviados. Pero cada terapeuta ha de encontrar –también de acuerdo con sus peculiaridades personales, el mejor lugar en ese singular escenario de su personal acción terapéutica.

Pero atendamos ahora a la otra clave de la persona mencionada en este epígrafe: la persona quiere querer. La persona quiere querer porque, siendo libre, su voluntad se determina por darse a alguien. A la persona no le basta con quererse a sí misma. Como tampoco es suficiente que le quieran. También ella está impulsada a la donación y entrega de sí misma. También ella está implicada en este misterioso juego del querer humano, en que todos deberían ganar y ninguno perder. La persona precisa querer para no avergonzarse de sí misma, para ser responsable de la felicidad de otro, para crecer, madurar y desarrollarse en toda su estatura. La persona vale lo que valen sus amores. Por eso su querer no es renunciable. ¿Para que querría su propia vida si no tuviera alguien a quien querer, una persona a la que entregarse?

No es nada excepcional que en la mayoría de las personas -por muy desechas que estén- el terapeuta encuentre un punto de luz, una remota y confusa huella vestigial de su afán de querer. Son personas que, a pesar de los pesares o precisamente por ellos, todavía quisieran querer el bien. Tal vez lo que les mueve, en parte, es tratar de arreglar todo lo que han desarreglado. De aquí que lo que quiere querer sea bueno.

Asistimos así a un remoto y confuso principio de ordenamiento vital –¿el último refugio de su libertad personal, tal vez?- que, con independencia de que lo ponga o no en marcha, parece estar articulado con el sentido común. Este oscuro principio es la fuente de donde surge el que aún quieren querer. Es posible que sea ésta su última oportunidad. Pero si en verdad quieren querer, la misión del terapeuta es ayudarles a que quieran el bien del otro, que es también el modo más directo e inmediato de poderse querer, dignamente, a sí mismos.

No obstante, en algunas personas lo que encontramos es un balance muy desigual – en ocasiones, muy desequilibrado- entre la necesidad de querer y de ser querido. De hecho, hay personas que quieren mucho y saben darse a los demás, pero no se dejan querer. Otras, por el contrario, parecen haber optado por ser queridas, pero no quieren, no saben o no pueden querer.

Es grande la diversidad en este punto. Tampoco disponemos de un mapa de referencias que nos indique dónde está el punto de corte entre estos dos extremos, de manera que el querer humano no se transforme en absorción, y que el ser querido tampoco se transforme en mera dependencia. Cada persona en su singularidad tiene un estilo afectivo peculiar y, es probable, que tan fuertemente arraigado en ella desde tiempos remotos, que es harto difícil tratar de modificarlo. El terapeuta ha de luchar contra sus propios sentimientos de omnipotencia terapéutica y hacer lo que pueda, es decir, ayudar a cambiar lo que se pueda modificar, y ayudar a asumir lo que no se pueda.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que tal vez ayuden a reflexionar: ¿Está dispuesta la persona a aprender a querer? ¿Quiere al otro como el otro quiere ser querido? ¿Se deja querer como el otro le quiere? ¿Ha reflexionado alguna vez acerca de cómo es el querer de Dios? ¿Sabe lo que es un querer permanente e incondicionado? ¿Se ha dejado querer alguna vez tal y como Dios le quiere?

10. La persona como un ser en el tiempo

La persona es, pero no está hecha. La persona todavía no ha alcanzado su fin. La persona tiene que hacerse. En ese hacerse a sí misma, a lo largo de su trayectoria biográfica, consiste precisamente el llegar a ser la persona que es. Esa apertura implica, mediante la libertad, una posibilidad de crecimiento casi ilimitado, que es connatural a su grandeza.

La persona nace y es, pero no está hecha de una vez y para siempre. Como la filosofía personalista insiste con énfasis, la persona tiene que hacerse. La persona se hace y recorre el camino de su vida paso a paso, a golpe de decisiones, de decisiones que comprometen su libertad, y que le comprometen con la determinación que ha tomado.

Acaso por eso, ninguna vida puede ser dirigida al dictado de otra persona. La propia vida no puede hacerse según la voluntad de un tercero. Porque ni la libertad ni la propia vida son delegables. Ese mismo hacerse humano –el entramado que se va tejiendo en forma de biografía y que es constitutivo del propio ser- es una pertenencia individual y singular. En consecuencia con ello, no se puede abdicar de esa pertenencia. La dirección de la hechura personal, que resulta del hacerse a sí mismo, no es delegable.

En algunos trastornos psicopatológicos la amplitud de esa libertad para decidir qué hacer con la propia vida está limitada. En esos casos, la libertad está ofuscada y como impedida, por lo que puede encontrar graves obstáculos para dirigir la vida hacia su propio destino. En otras personas, esta libertad se ha quebrado y ha sido reducida a fragmentos, por lo que no dispone de la robustez necesaria que garantice un uso apropiado de ella.

Así las cosas, puede afirmarse que, en cierto modo, la persona está obligada a hacerse a sí misma en el tiempo. El tiempo, en este proceso de llegar a ser el que se

es, no depende de la persona y no está sometido a ella. Esto es lo que enmarca y restringe el ámbito de la libertad de ese “ser en el tiempo”.

En ese “hacerse” de la persona concurre tanto lo que ella hace como lo que no hace: la acción y la omisión. Lo hecho por el agente reobra sobre él y le transforma. Pero también las omisiones –lo que el agente no hace- acaban reobrando sobre el agente y transformándolo.

La vida como tarea es la consecuencia de ese “hacerse” de la persona. Es de vital importancia, por eso, saber a dónde quiere conducirse la propia vida, qué tipo de ser es el que se quiere consolidar en el camino de la vida. Esta nota clave de la antropología se entrelaza, en muchos casos, con la patología psíquica, en función de las trayectorias biográficas por las que una persona ha optado.

Hay personas que al intentar hacerse a sí mismas, de una determinada forma, se deshacen. Ese “deshecho” humano es el que acaba pidiendo ayuda al psicoterapeuta. Desde el punto de vista de lo que demandan, la psicoterapia eclosiona aquí como el modo de ayudar a las personas a que se rehagan. Son personas que se han deshecho en el intento de hacerse. La función del terapeuta consiste en ayudarles a “re-hacer” esas vidas que en el intento de “hacer-se” se han “des-hecho”.

En un paciente, cuya estructura personal está deshecha –por el abandono de su mujer, la pérdida de un hijo, la adicción a un tóxico, etc.-, el terapeuta ha de volver sobre sus torpes pasos y acompañarle, apoyándose en los “puntos fuertes” que sobrevivieron a la crisis. Rehacer la propia vida exige recomenzar, aprender de los errores del pasado, encarar definitivamente el futuro y ponerse en marcha hacia las nuevas metas vislumbradas. No basta, pues, con resistir la desgracia; es preciso superarla, abrir nuevos horizontes, replantearse la propia vida de un modo nuevo.

Dada la complejidad y confusión de la actual sociedad, hay que concluir que la psicopatología humana está enrarecida. Hay un *plus* social de patología sobreañadida –que ha deshecho a tantas personas-, que enmascara y agrava el perfil sintomático de los trastornos psicopatológicos tradicionales. Algunos terapeutas avezados han calificado el marco de la actual psicoterapia como el basurero de la humanidad doliente. Y, en cierto modo, tienen razones para ello.

Es posible que, en estas circunstancias, haya que pasar por la experiencia del perdón: del perdón a los demás, y también de sí mismo, por los errores cometidos. Ese perdón será tanto más eficaz cuanto más impregnado vaya del olvido. En cualquier caso, el don del perdón es una gracia transhumana que las personas, con sus propias fuerzas y a pesar de la valiosa y necesaria ayuda del terapeuta, no suelen alcanzar.

Lo que es propio del terapeuta y del paciente, en esta situación, es la decisión de gastarse y desgastarse, hasta reconducir la vida al ámbito donde la persona pueda rehacerse. Gastarse en intentar resolver estos graves conflictos -poco importa los resultados que se obtengan-, nunca será una tarea inútil, sino una de las funciones humanitarias más excelentes.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que tal vez ayuden a reflexionar: ¿Aceptamos los inevitables cambios personales, como consecuencia del paso del tiempo? ¿Admitimos esos cambios sólo como acontecimientos sobrevenidos, cosas que nos han pasado o meras consecuencias del azar y el destino? ¿Asumimos, por el contrario, que muchos de esos cambios son consecuencia del uso erróneo que hemos hecho de nuestra libertad? Si el tiempo es de Dios –nadie sabe acerca de la

fecha de su muerte-, ¿es posible expropiar a Dios, el dueño de ese tiempo? ¿Cuánto de ese tiempo, que consideran como propio, destinan a Dios?

11. La persona como un ser de deseos

La persona es un ser deseante, un ser con deseos. Se ha dicho que la mujer anhela ser deseada, mientras el hombre sólo aspira a desear. No estoy muy seguro de que esto sea cierto. El hecho es que el paciente lleva también sus deseos a la consulta. Ya en la primera entrevista suelen comparecer sus deseos respecto de la terapia y el terapeuta que le asiste.

Es conveniente que el psicoterapeuta examine y trate de evaluar cuáles son los deseos del paciente. Es preciso atender y considerar esos deseos, de manera que se facilite la relación entre terapeuta y paciente.

Un deseo muy común es que le expliquen qué es lo que le sucede, cómo puede hacer frente a lo que le hace sufrir, cuánto tiempo tardará en superar sus problemas. Junto a este deseo primordial hay otros muy variados, relativos a su persona, intereses, motivaciones, frustraciones, conflictos familiares, imagen de sí mismo, autoestima, etc.

En algunos, la ausencia de deseos es lo que más les cuesta soportar. Son personas que tienen deseos de tener deseos, de sentirse como antes, de ser la misma persona que era. Sin embargo, no aciertan a saber si eso es posible y, sobre todo, qué pueden hacer para que se dé esa transformación en sus vidas.

Cuando la gente sufre y lo está pasando mal, el modo de afrontar y soportar ese “pasar mal” tiene mucho que ver con la mera deseabilidad. En estos casos suele haber un fuerte vínculo entre deseos y expectativas, entre la esperanza y los deseos. Las expectativas no debieran confundirse con la esperanza. Las expectativas sitúan a la persona en un ámbito humano y previsible; la esperanza no. Si de las expectativas se hace un sustituto de la esperanza, esta deviene en seudoesperanza sin fundamento.

Desde el punto de vista psicoterapéutico, conviene ayudarles a distinguir entre ellas; manifestarles que el desear no es el querer. La acción de desear tiene mucho que ver con la imaginación, la fantasía y las tendencias apetitivas. La acción de querer, en cambio, tiene que ver sobre todo con la voluntad y la libertad, y un poco con la fantasía.

No obstante, en una antropología realista conviene no prescindir completamente de los deseos, puesto que también estos tienen una importante misión que cumplir, especialmente en lo que se refiere a la motivación. De aquí que sea bueno que exista el deseo, pero no conviene que se erija en el hábito que dirige el comportamiento en una peculiar dirección.

De otra parte el desear, en tanto que hábito, no suele ser muy fiable, por cuanto hinca sus raíces en la fantasía y las tendencias apetitivas, y suele estar orillado en el ideal del yo del que dispone esa persona. Por consiguiente, el sólo desear –si no se acompaña de la actuación correspondiente, que es la que al fin logra que el deseo se satisfaga-, en muchas ocasiones, no suele estar muy puesto en razón.

Sin embargo, no conviene aquí olvidar que el desear encamina al querer y, por tanto, mucho del anhelo humano por lo absoluto, la sed de infinitud y el hambre de eternidad, en algún modo, están vinculados a esta función deseante de la persona. Obviamente, en estos deseos la ayuda del terapeuta es muy escasa y, desde luego, en modo alguno pueden por él ser satisfechos.

Pero esos anhelos están en esa persona como en muchas otras. Por consiguiente, dado que es una peculiaridad general del ser humano, aunque esos anhelos se muestren como inalcanzables en este mundo, habrá que concluir que probablemente tengan algún sentido. En todo caso, esos anhelos nos remiten a otro plano: el de la trascendencia.

Como tal posibilidad, es conveniente que el paciente por sí solo se cuestione estos problemas y trate de resolverlos. En esto, es muy modesta la ayuda que el psicoterapeuta puede ofrecerle, pero algo sí que puede hacer. Para ello es conveniente empezar por entender lo que es la motivación en que anidan los deseos. Orientar al paciente, con un juicio prudencial y sensato, sobre estas posibilidades, y acompañarle en su itinerario –en la medida que ello sea posible– considero que es, en muchas circunstancias, un deber ético inexcusable para el terapeuta.

Lo que motiva a la persona es lo que para ella vale. El descubrimiento de un valor es lo que mueve y pone en marcha el comportamiento humano. Pero no todos los valores son y mueven de la misma forma. Convendrá que el terapeuta le ayude a distinguir entre la motivación extrínseca, intrínseca y trascendente.

La motivación extrínseca es la que se dirige a la consecución de valores materiales, fungibles y externos a la persona. En las actuales circunstancias, estos valores extrínsecos a la persona (el dinero, el placer, el consumo, etc.) condicionan una buena porción de las conductas humanas.

La motivación intrínseca, es la que mueve a la consecución de valores espirituales que reobran y afectan al ser de la persona (el saber, el desarrollo, la madurez, la excelencia, etc.). Esta motivación es muy superior a la extrínseca, por cuanto transforma por dentro a la persona, mientras que la extrínseca apenas si modifica su ser personal. Motivación intrínseca es, por ejemplo, esforzarse en aprender a pensar y adquirir ciertas habilidades y destrezas que capaciten a la persona para ser un buen profesional y una buena persona.

La motivación trascendente es la que mueve a buscar directamente el bien del otro, sea quien sea. La opción por este valor es impagable. Frente a este valor –cuyo destinatario es siempre otro– palidece cualquier otro valor, sea extrínseco o intrínseco. Es bueno, ciertamente, ser un buen profesional o disponer de un yate, pero ni lo uno ni lo otro suele incidir en lo profundo del ser de las otras personas.

La motivación trascendente es la que puede vincular la acción del terapeuta a su propia espiritualidad. Basta con que traslade su actividad profesional a un plano todavía más trascendente: trate el terapeuta al paciente como si realmente fuera Dios. Es probable que si se comporta así, haga mucho mejor su actividad profesional. Esa motivación trascendente –que puede iluminar y transformar el quehacer diario del terapeuta– no es conveniente compartirla con el paciente.

Si un paciente desea ampliar su información sobre esa motivación trascendente, el terapeuta ha de salvar su asepsia y neutralidad profesional, pero eso es compatible con derivar al paciente hacia la persona experta en esos temas del espíritu.

El terapeuta sabe que no puede satisfacer en el paciente ese anhelo de absoluto, ni la sed de infinito, ni el hambre de eternidad. Pero lo que sí puede hacer es tratar de ayudar a esa persona para que, libremente –si así es su deseo–, encamine su vida hacia la consecución de esos valores.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que tal vez ayuden a reflexionar: ¿Conoce la persona cuál es el deseo de Dios acerca de ella? ¿Sabe si Dios está satisfecho o no

con ella? ¿Conoce o ha afrontado alguna vez, en sí misma, qué es lo que Dios desea?

12. La persona como un ser de proyectos

Como la vida no está hecha y suponemos, en principio, que disponemos del futuro para hacerla, resulta atinado que tengamos que proyectar. Pero ninguna persona se hace a sí misma haciendo cualquier cosa. Porque “hacer cualquier cosa” no es proyecto alguno. Como ningún proyecto resulta indiferente para la persona que lo diseña y elige.

Toda acción humana, todo comportamiento tiene un propósito, un fin, un sentido. *Cuando alguien se conduce sin finalidad alguna*, cuando su conducta no apunta a la consecución de ningún fin concreto, decimos que esa persona ha perdido el norte, que se ha extraviado, que ha perdido el juicio (Polaino-Lorente, 1992 y 1999).

La acción, el comportamiento humano es teleológico, es decir, apunta siempre a un “telos”, a un fin que a su vez tiene un poder configurador de la propia personalidad. El proceso de configuración también tiene su “telos”. Y su acción es incesante a lo largo de toda la vida, más intensa y dinámicamente cuanto más joven se es o más importantes son las decisiones que se toman.

Ahora bien, si en todo comportamiento humano hay un “telos” que lo preside, es porque en el proceso configurador que lo suscita, hay un “logos” que lo dirige. “Con [el término] “logos” –escribe Edith Stein- nos referimos por un lado a un *orden objetivo* de los entes en el que también está incluida la acción humana. Aludimos también a una *concepción viva* en el hombre de este orden, que le permite conducirse en su praxis con arreglo al mismo (es decir, “con sentido”)... siempre que utilizamos palabras terminadas en “logía” o “tica” estamos intentando captar el “logos” de un campo concreto e introducirlo en un sistema abstracto basado en un claro conocimiento, esto es, en una *teoría*” (Stein, 1998, pp. 3-4).

El “telos” y el “logos”, a los que se acaba de aludir, remiten -a la vez que postulan- a la libertad y responsabilidad humanas. Por eso, precisamente, la estructura de la persona manifiesta que el hombre es *“el ser responsable de sí mismo”*. Esto significa que si no se sabe quién se es, quien no alcanza a entender cual es el fin de su vida y su sentido, muy difícilmente podrá responder a la pregunta que está en el origen mismo de la persona de “¿Quién soy yo?”

Pero si no se sabe quién se es, todavía más difícil será acertar a optar por un determinado *proyecto que dé sentido a su vida*. Y sin proyecto, es bastante probable que la personalidad se diluya sin alcanzar el vigor que le es debido, y que la conducta se desorganice y viva como extrañada y ajena al “telos” y al “logos”.

Este proceso de auto configuración y de *diseño del proyecto biográfico* está sujeto a una instancia juzgadora –la *conciencia*-, que acompaña estrechamente todo comportamiento. La conciencia juzgadora es garantía de que en las acciones emprendidas el “logos” dirige hacia el “telos”. En el juicio realizado por la conciencia no se juzga solo ésta o aquella acción, sino que además de sentenciar si es “buena” o “mala”, se juzga simultáneamente a quien así se comporta y, por tanto, califica a la persona y su modo de vivir.

De otro lado, en el juicio realizado por la conciencia se aprehende si el proyecto de persona que estamos realizando, a través de nuestro comportamiento, coincide o no con el deber que previamente se había alumbrado en nuestra conciencia.

“Proyecto” y “deber”, son dos términos que están muy interrelacionados y que no son otra cosa que diversas dimensiones del modo en que el ejercicio de la libertad es guiado de continuo por la conciencia juzgadora.

“La “buena” o “mala” conciencia –escribe Stein- no es “buena” o “mala” ella misma sino que atestigua cómo es nuestra alma” (Stein, 1998, p.165). En cierta manera, un excelente ejercicio de la libertad, una correcta elección no es otra cosa que el modo en que la persona se hace responsable de sí misma, porque se da a sí misma la forma de su alma.

“Se obtiene así un criterio por el que la voluntad puede orientarse para acometer la tarea de la autoconfiguración (...), es decir, en el hombre habita un yo consciente de sí mismo y capaz de contemplar el mundo, un yo que es libre y que en virtud de su libertad puede configurar tanto su cuerpo como su alma, que vive por su alma y que debido a la estructura esencial de ella va sometiendo a una formalización espiritual, antes de y junto con la autoconfiguración voluntaria, a los actos puntuales de su vida y a su propio ser permanente corporal y anímico” (Stein, 1998, pp.166-167).

A lo largo de estas líneas y de la estructura de la persona humana, según Edith Stein, hemos podido aprehender algunos de los elementos que resultan imprescindibles no sólo para dar respuesta a la pregunta de “¿quién soy yo?”, sino también –lo que es muy importante- “¿por qué proyecto de persona he de optar para alcanzar mi propio destino?” (Polaino-Lorente, 1992).

Los proyectos son tan variados como la diversidad humana. Cada persona ha de diseñar el suyo. Hay personas que no disponen de proyecto alguno, al menos durante algunas etapas de la vida. En el contexto de la psicoterapia, puede ser muy conveniente examinar cuál es el proyecto por el que ha optado el paciente con el fin de conocerlo mejor y adaptarnos a él. En otras situaciones, disponer de un proyecto puede ser tan erróneo como no disponer de ninguno. ¿Qué hacer, desde la perspectiva psicoterapéutica, con una persona que está deshecha precisamente por el erróneo y sobre valorado proyecto al que se ha entregado?

A otras personas, les ha sido arrebatado el proyecto que constituía su vida. Es lo que sucede en una madre, cuyo único hijo de 20 años ha muerto súbitamente en un accidente de moto. Ese hijo era la mejor parte del proyecto por el que esa madre vivía. Una vez que “se lo han robado”, ¿para qué seguir viviendo? –se pregunta confusa y atormentada. En este caso no basta con prescribirle un antidepresivo y un ansiolítico, aunque también sean necesarios. Es preciso bucear en su intimidad, acompañarle de cerca, compartir el sufrimiento de esa herida que sangra y tratar de taponarla a fin de que con el tiempo pueda llegar a cicatrizar.

Otra circunstancia muy diversa es la de esas personas que han concebido un proyecto que, por sus limitaciones naturales y personales, no es viable. ¿Cómo ayudar a esa persona a que asuma la imposibilidad de llevar a cabo un proyecto mal concebido?

Cuando alguien opta por un proyecto, generalmente proyecta su vida en él. No es frecuente concebir un proyecto personal y que la propia vida no se proyecte y comprometa en ese proyecto. Lo ordinario es que se dé una poderosa vinculación entre la concepción teórica de ese proyecto y el compromiso vital de proyectarse en él, para llevarlo a cabo. Casi siempre que la persona formula algo relativo a su futuro, ella misma queda implicada en esa misma formulación. A lo que parece, la persona no puede tomar determinación alguna, sin que al mismo tiempo a sí misma se autodetermine de acuerdo con la determinación por la que ha optado.

En este punto, muchos de los proyectos que vertebran la vida o la biografía de los pacientes debieran evaluarse acerca de su conveniencia o no para el paciente que está realizando esa psicoterapia.

En todo caso, los proyectos hacen casi siempre referencia a ciertos valores. Es precisamente la presencia y desarrollo de estos valores los que avalan y ponen en valor ese concreto proyecto. Esta es la razón por la que muchas personas hacen depender su propia realización personal en función de que se satisfaga o no el proyecto que han puesto en marcha. Piensan que cuanto mayor sea el número de valores que se concitan en ese proyecto y más crezcan, tanto más se realizarán como personas.

Esta actitud está puesta en razón. La persona valiosa es aquella que ha encarnado en sí algunos valores. Los valores, cuando se encarnan, se llaman virtudes. Aunque la psicoterapia no se pueda reducir a jugar el papel de una mera herramienta axiológica, el hecho es que contribuye a apoyar al paciente en la consecución de los valores que quiere encarnar. Psicoterapia, madurez y mejora en la conducción de la propia vida suelen ir juntas. Aunque esta afirmación pueda escandalizar a algún terapeuta, no obstante, este es el resultado al que se llega en no pocas psicoterapias. Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que tal vez ayuden a reflexionar: ¿Qué uso hacen las personas de su capacidad de anticipar y futurizar –de su experiencia temporal y reflexiva- cuando conciben un proyecto personal en el que apostar la propia vida? ¿Se conforman con la “cultura del clic” y la satisfacción instantánea de cualquier deseo u ocurrencia? ¿No estarán imitando a los pre-adolescentes en su irreprimible apetecer “todo, ya y ahora”? ¿Cómo vincular el proyecto personal y el sentido de la vida? ¿Se cuenta con la paciencia y la constancia para llegar hasta el final, sin reparar en las necesarias renunciaciones? ¿Han pensado alguna vez en cuál es el proyecto que Dios tiene acerca de cada persona? ¿Es que acaso no acontece que cuanto más semejanza y mejor sea la imagen de Dios en la persona, tanto mayor será la plenitud de sí misma?

13. La persona como un ser que es un fin en sí mismo

La distinción entre medios y fines resulta imprescindible para entender la acción humana. El criterio para esa distinción es respectivo casi siempre de la persona. La persona no es un medio, sino un fin en sí misma. He aquí otra de las claves antropológicas para favorecer el encuentro entre la psicoterapia y la espiritualidad.

Esto se sabe –o debiera saberse- desde Kant (1990), quien postuló lo que sigue: “Obra de tal modo que trates a la humanidad, sea en tu propia persona o en la persona de otro, siempre como un fin, nunca sólo como un medio (...) El hombre existe como un fin en sí mismo y no simplemente como un medio para ser usado por esta o aquella voluntad”.

Por consiguiente, ninguna persona debiera ser tratada como lo que no es, es decir, como un medio del que servirse para la consecución de los fines de otra persona. Cuando se procede así, sin que el interesado sea consciente de ello, cabe hablar de *manipulación*. Aunque en la teoría sea universalmente admitido, en otras muchas circunstancias de la vida es difícil atenerse en la práctica a este principio.

Ni siquiera la persona debería tratarse a sí misma como medio. Entre otras cosas, porque nada hay que pueda consistir en un fin al que el fin que la persona se

subordine. De estas consideraciones emerge el respeto que cada persona ha de tenerse a sí misma, además de a las otras personas con las que se relaciona.

Se deja de satisfacer este respeto a la dignidad de la persona, cuando se le trata como una abstracción (un número), se le objetiva y reifica (se sustituye la persona por la función o el rol que desempeña) o, sencillamente, se le niega la consideración y el reconocimiento que su dignidad demanda (respeto).

La diferencia entre fines y medios, exige el respeto a la persona (fin en sí misma) y la utilización de lo que no es ella (y sólo son medios). Se hace violencia a la persona y a las cosas cuando se invierte o tergiversa el orden entre medios y fines, cuando los fines (las personas) se desfinalizan y devienen en lo que no son (medios), o se finalizan los medios (el dinero, por ejemplo) y se le trata como no es debido, como un fin en sí mismo (con el respeto que no le es propio).

El peligro de tratar a la persona como medio es algo que acecha hoy a la gente en las numerosas y variadas encrucijadas de la vida. Es muy alto el riesgo de que la persona sea en la actualidad sepultada en ese engranaje de la circularidad mediática o mediadora. La noción de fin no es subordinable a ningún medio. Es algo que posee la persona de un modo absoluto a través de la experiencia de sus naturales tendencias, con independencia de que establezca o conciba determinados fines como propuestas y piense o no en los medios de que ha de disponer para darles alcance (Spaemann, 1991).

Los fines humanos que la persona se da a sí misma están naturalmente subordinados al fin no subordinable que ella es y que constituye un principio de unidad capaz de integrar la totalidad de las inclinaciones constitutivas que, precisamente, le orientan en el establecimiento de los fines que se propone.

Antes, pues, de las diversas metas que le quepa establecer y darse la persona a sí misma, como fines tendenciales a alcanzar, preciso es reconocer en ella una inclinación natural y más fundamental que aquellas a las que, precisamente, unifica e integra teleológicamente, por constituir en todo caso meros fines sectoriales, parciales y siempre transitorios, que a sí misma se dio.

Cualesquiera que fueren los fines parciales y subordinados que jalonan la existencia personal –a veces como verdaderos y relevantes hitos biográficos-, el hecho es que la noción de fin en sí misma, preside, orienta, integra e identifica la totalidad de las realizaciones llevadas a cabo por ella. Este principio unificador sale garante de la unidad y unicidad, de la singularidad e identidad personales.

Lo que demuestra que ninguna de las acciones emprendidas por la persona es absoluta, a pesar de los intentos de absolutización de la acción llevados a cabo en algunos sectores de la posmodernidad. Porque ninguna de ellas es, en sí misma, el fin de la persona. Sólo la persona en sí misma tiene un cierto carácter absoluto, al que naturalmente han de estar sometidos cualesquiera otros fines que se proponga alcanzar, por ser éstos relativos.

La relevancia de esta clave antropológica para la psicoterapia es esencial. El terapeuta debe estar avisado de lo perspicaz que debe mostrarse a fin de desvelar y no consentir que ningún paciente se manipule a sí mismo o al terapeuta. En cierta forma, la transferencia y contra-transferencia clásicas pueden comprenderse mejor a partir de esta consideración. Ningún paciente debe utilizarse a sí mismo como medio para tratar de conseguir el efecto que se propone.

Cualquier pensamiento, sentimiento, sufrimiento moral, fobia, repugnancia psíquica, descenso de la autoestima, tristeza, conflicto, etc., deben estar sometidos al fin que es la persona. La persona es la instancia subordinante a la que todo ha de quedar sometido y subordinado. Tal principio no resulta fácil de aplicar en la

complejidad y diversidad de las situaciones que son propias de la intervención psicoterapéutica. El aprendizaje del respeto para consigo mismo, para la persona singular que es cada paciente, es uno de los presupuestos elementales que habría que desarrollar en el ámbito psicoterapéutico, tanto en lo relativo a su evaluación como en lo propiamente terapéutico.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, esta clave antropológica constituye, probablemente, el vínculo más poderoso y mejor fundado entre ellas. En realidad, si se admite que la persona es un fin en sí misma, entonces la espiritualidad es el fundamento de la psicoterapia, como la psicoterapia es la prolongación, profesionalmente contextualizada, de la espiritualidad.

14. La persona como un ser con una dignidad constitutiva

Una vez se han expuesto las anteriores claves antropológicas de la persona, afirmar la especial dignidad que le compete resulta una cuestión casi obvia. En efecto, las notas a las que aquí se ha aludido adornan a la persona, presentándola a nuestra mirada como el ser más valioso, sublime y noble de cuantos existen en la naturaleza.

La excelencia se realiza en la persona en un modo cualitativo y cuantitativo sin parangón alguno en la naturaleza. Esa grandeza es constitutiva y, por consiguiente, le pertenece y le es propia, por el hecho de ser persona, con independencia de cuáles sean las metas que alcance o no, en el decurso de su vida (Melendo, 1999).

La dignidad tiene más que ver con la interioridad constitutiva de la persona que con los resultados que obtenga; con la singularidad ontológica irreplicable que es, que con el alto nivel de calidad de vida que pueda obtener, por muy elevado que éste sea; con la irrestricta apertura a la verdad, que con la acumulación de la cuantiosa información de que pudiera disponer; con la capacidad de darse a los otros, que con el mero recibir a través de las transacciones que haya realizado, por muy generosas que éstas fueren; con el hecho de descansar-en sí-misma, en que consiste (Spaemann, 1989), que con el refugio en la fortaleza social mejor blindada; con la capacidad activa de ser (autonomía), que con la poderosa magnitud y relevancia gratificadora (placer) del modo en que responda al flujo estimular; con la libertad personal, que le hace experimentar que tiene la vida en sus manos, que con la seguridad y dependencia que le proporciona la estructura social más poderosa en que pueda cobijarse.

Esta dignidad constitutiva atraviesa e ilumina el entero vivir de la persona, desde su inicio hasta su término, y esto con independencia de que la persona se deje guiar o no por ella, o actúe para consolidarla y acrecerla o para disminuirla o quebrantarla. Pero más allá del actuar y del comportarse humano, la dignidad constitutiva resiste todos los embates. Siempre quedará un residuo de dignidad – por mucho que cueste reconocerlo, en ocasiones-, a donde la persona puede regresar, una y otra vez, para desde allí tratar de nuevo de encontrarse con quien realmente es.

Como psiquiatra –con más de cuatro décadas de ejercicio profesional no interrumpido-, he de constatar que por muy variadas, desalentadoras, antinaturales e inhumanas que hayan sido las peripecias de la persona a lo largo de la travesía de su vida, tengo observado que siempre ha podido volver sobre sí –dejo a un lado el sufrimiento que este sendero comporta- para encontrarse y

reconocerse como quien es, como ese alguien remoto cuya grandeza y robustez cualitativas, todavía alza su voz para hacerle consciente de su dignidad.

La persona, qué duda cabe, puede des-hacerse a sí misma al hacer su vida. Pero esa hechura de que naturalmente está hecha –su dignidad- es muy difícil de acallar y, desde luego, imposible de extinguir por completo.

Permanece siempre un eco lejano de la dignidad, presuntamente perdida, en el hondón del corazón humano que, apenas se le permita expresarse, se transforma en voz clamorosa, animante, vigorosa y verdadera que persuade a la persona a ser quien es: “Recomienza –dice en su interior-, deja el pasado, crece, ocúpate del futuro, trata de rehacerte, aprende de tu experiencia y sirve con ella a los otros, procura comportarte de una forma más digna para así “merecerte” la dignidad con que fuiste tratado, ábrete a la verdad y al encuentro con los otros, haz uso de tu libertad ya restaurada, no te dejes esclavizar por lo que fuiste, sé fuerte, tú puedes, inténtalo una vez más, comienza, toma ya una decisión, prueba a hacerlo, persuádate de que todavía puedes ser quien eres, quien quieres ser, quien debes ser”.

En cierto modo, habría que concluir aquí, que esta nota antropológica de la dignidad humana resulta muy animante para el terapeuta. En realidad, reside en ella el fundamento de una de las más importantes funciones de la psicoterapia: ayudar a las personas que se han des-hecho al tratar de hacerse (erróneamente) a sí mismas, de manera que rehagan sus vidas al tiempo que re-hacen su dignidad de personas.

Desde la perspectiva de la espiritualidad, en relación con la psicoterapia, pueden formularse algunas preguntas que tal vez ayuden a reflexionar: ¿Conviene ayudar al paciente a que distinga entre la dignidad constitutiva de su persona (hoy a la baja) y la dignidad conquistada (hoy al alza, como el éxito, el dinero y la popularidad)? ¿Podría partirse del supuesto de que la persona ha sido querida por sí misma, por Dios? ¿No se atenta contra la propia dignidad, cuando la persona frustra el amor incondicionado de Dios? ¿Puede ayudar a la psicoterapia, cuando así lo demanda, el hecho de pensar en la dignidad y el honor de Dios?

15. La persona como un ser que es responsable de sí mismo

La vida personal, tal y como estamos observando, tiene mucho que ver con la vida en común, aunque difícilmente se identifiquen una y otra. Por esto mismo, juzgar acerca de si una vida ha tenido o no sentido es algo excesivamente complejo y aventurado, por lo que tal vez sea mejor suspender cualquier juicio e incluso cualquier esbozo de prejuicio.

“Alegrarse de lo bello –afirma Stein- quiere decir ser conmovido por un valor. Y dado que los valores no aparecen y desaparecen (solo los bienes en los que están realizados son en ocasiones perecederos), ser conmovido por un valor quiere decir a su vez participar de lo eterno. Amar a una persona implica dar una respuesta a su valor personal y participar de ese valor, así como tratar de protegerlo y conservarlo. Anhelar amor quiere decir anhelar que los demás reconozcan el propio valor personal y nos cercioren a nosotros de la existencia del mismo, así como querer saberlo custodiado por ellos. Dado que todo conocimiento y reconocimiento de un valor es en sí mismo algo valioso, y que –con razón de más- lo es todo servicio prestado a lo valioso y a través del cual se trate de incrementar su valor, la comunidad es algo valioso, y tanto más valioso cuanto más altos sean

los valores y más intensa la dedicación personal a los mismos, esto es, cuanto mayor sea el grado en que es una comunidad y la pureza con que lo sea” (Stein, 1998, pp. 282-283).

La estructura de la persona humana nos pone al fin de manifiesto que los valores iniciales que se nos han regalado y con los que hemos nacido están llamados a ser completados y optimizados. Ese es también nuestro destino.

Se trata de tomar la vida personal en las propias manos para hacer con ella la mejor persona posible. Y la haremos si perfeccionamos esa natural perfección perfectible que somos, gracias a cada uno de los valores que adornan naturalmente nuestro modo de ser.

Ahora bien, si esas perfecciones perfectibles –los valores de los que inicialmente disponemos gratuitamente- no se perfeccionaran –y esto depende de nuestra libertad y del propio comportamiento-, devendrían en perfecciones no perfeccionadas, en perfecciones sin un “valor añadido”, es decir, en imperfecciones.

Conducir la vida hacia la imperfección no es otra cosa que dejar de desarrollar esas perfecciones iniciales con las que hemos sido dotados. Y si esa ausencia fuera libremente elegida, tal omisión sería negligente, penalizable y aún punible. Entre otras cosas porque esos valores no se nos dieron (regalo) para que sirvieran a solo su poseedor, sino más bien para que contribuyéramos, mediante su crecimiento, a ayudar a los otros a que sean felices, ayudándoles a crecer también en sus propios valores.

En cierto modo, si la propia conciencia -como instancia juzgadora que es-, tuviera que realizar una sentencia completa de la totalidad de nuestra biografía, la pondríamos en un grave aprieto. Pero le sería muy fácil salir de allí si, sencillamente, se atuviera a contestar las dos preguntas siguientes.

La primera podría formularse de la siguiente forma: ¿cuántos de los valores que recibí inicialmente los he hecho crecer, han disminuido en su valer, o simplemente los he conservado, en función de cómo me he comportado?

Para responder a esta cuestión bastaría con restar del cómputo alcanzado por cada valor al final de nuestra vida, la puntuación inicial que cada valor tenía al inicio de ella, en nuestra propia persona. Si un valor no crece, disminuye. Si el valor inicial (regalo) no se hace crecer (mediante el propio comportamiento), el resultado final es el decrecimiento en ese valor, es decir, en el acrecer en nosotros un disvalor.

Por consiguiente, la definición axiológica de una persona que se comportase así sería la siguiente: alguien que ha perdido por el camino de la vida los valores iniciales con que fue dotada.

La otra pregunta que podría facilitar la tarea a la conciencia juzgadora puede formularse del siguiente modo: a todo lo largo de mi vida, ¿cuántos problemas he contribuido a resolver y cuántos problemas ha generado mi comportamiento en los otros? Se entiende, claro está, que no se trata sólo de los problemas que uno soluciona o genera en sí mismo, sino más bien los problemas que, solucionados o generados por uno, afectan a los demás.

En realidad, ambas preguntas pueden muy bien articularse, porque cuanto más crezcamos en los propios valores personales mayor será nuestra capacidad de contribuir a solucionar los problemas de los demás y menos serán nuestros problemas personales. En cambio, cuanto más disminuyan los valores de que inicialmente fuimos dotados, tanto más aumentarán los problemas personales y tanto menos contribuiremos a solucionar los problemas ajenos.

Esto demuestra que, gracias a la vida anímica, a la persona le ha sido conferida la posibilidad de dirigir su propio desarrollo. “¿Qué quiere decir –se pregunta Edith Stein- que el hombre es responsable de sí mismo? Quiere decir que de él depende lo que él es, y que se le exige hacer de sí mismo algo concreto: puede y debe formarse a sí mismo. Él es alguien que dice de sí mismo yo”. (Stein, 1998, p. 141).

La persona es, por consiguiente, *responsable porque es libre*. Por eso mismo también ha de responder ante sí misma de lo que de sí misma ha hecho.

“Cuando alguien –escribe Stein- “se tiene a sí mismo bajo las riendas” a fin de configurar libremente los actos puntuales de su vida y de esa manera también su modo de ser permanente, es patente que para ello precisa actuar en conformidad con un determinado principio. La persona en cuestión debe saber qué tiene que reprimir, dónde debe dejar hacer y qué se ha de proponer. Este saber puede estar vinculado a casos aislados, o puede tratarse de un objetivo supremo que la persona quiere alcanzar con todo su proceso de autoconfiguración, un modelo de lo que quiere llegar a ser” (Stein, 1998, p. 164).

Sin la libertad la persona no podría disponer de sí e implicarse en un proyecto determinado, lo que obviamente le impediría configurarse a sí misma. Pero con ella sola, con sólo la libertad no es suficiente. Para que la persona pueda configurarse a sí misma ha de conocer el deber o un cierto deber iluminador acerca de cómo ha de comportarse.

Sin libertad (o poder) no puede ni mencionarse el concepto de deber (o responsabilidad). Pero sin el conocimiento del deber, es muy probable que se haga un mal uso de la libertad, lo que conduciría a su abolición o extinción. Se es más libre cuanto más responsable se es. La responsabilidad añade a la libertad inicial una libertad adicional de la que antes no se disponía. La responsabilidad es lo que hace crecer a la libertad, especialmente en el proyecto personal por el que ha optado y pretende realizar.

El sentido de la existencia, siguiendo a Edith Stein, dependerá de que la persona satisfaga o no la tarea que se le ha señalado y que libremente considera le pertenece. Y esto con independencia de que pertenezca a una comunidad mayor o menor o que sea consciente o no de su pertenencia a dicha comunidad.

El sentido de su existencia se cumplirá o no en función de que haya puesto o no todas sus capacidades al servicio de los demás, siempre que haya sentido la llamada a realizarla de esta forma.

“El criterio último del valor de un hombre no es la comunidad popular tal y como sea de hecho, y tampoco lo es la “idea” de su pueblo con relación a la que se evalúe ese modo de ser de hecho. Existe ciertamente una responsabilidad del individuo para con su pueblo, pero hay además otras cosas que tiene que proteger y de las que ha de responder” (Stein, 1998, p. 284).

En otros casos, se satisfará o no el sentido de la existencia, en función de que se haya separado o no de la comunidad de pertenencia para servir más globalmente a toda la humanidad, si es así como se ha sentido llamado.

Esta sí que es otra forma de medir el valor de las personas, pues como escribe Edith Stein, “el criterio último del valor de un hombre no es qué aporta a una comunidad –a la familia, al pueblo, a la humanidad-, sino si responde o no a la llamada de Dios” (Stein, 1998, p. 290).

Sea como fuere, el hecho es que de acuerdo con esta nota antropológica de la responsabilidad de sí mismo, existen suficientes razones y experiencias para fundamentar el diálogo entre espiritualidad y psicoterapia. Una conclusión obvia,

que es la premisa inicial de la que habían partido los organizadores de este congreso.

Bibliografía

Agustín de Hipona. *Enn. In Psalmos*.

Ferrer, U. (2002). *¿Qué significa ser persona?* Palabra. Madrid.

Kant, I. (1990). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*. Porrúa. México, pp. 428 y 429.

Lain Entralgo, P. (1983). *Teoría y realidad del otro*. Alianza. Madrid.

López-Ibor, J. J. y López-Ibor Aliño, J. J. (1974). *El cuerpo y la corporalidad*. Gredos. Madrid.

López Quintás, A. (1979). *Estrategias del lenguaje y manipulación del hombre*. Narcea. Madrid.

Mariás, J. (1973). *Antropología metafísica*. Revista de Occidente. Madrid.

Melendo, T. (1999). *Las dimensiones de la persona*. Palabra. Madrid.

Nédoncelle, M. (1997). *La reciprocidad de las conciencias*. Caparrós. Madrid.

Polaino-Lorente (2010). *Antropología e investigación en las Ciencias Humanas*. Unión Editorial. Madrid.

Polaino-Lorente, A. (2008a). *Aprender a escuchar. La necesidad vital de comunicarse*. Planeta Testimonio. Barcelona. Traducción portuguesa: *Aprender a escutar. A necessidade vital de comunicarnos*. Diel. Lisboa, 2009.

Polaino-Lorente, A. (2008b). “Familia vs. Individualismo: ¿Qué sostiene a la democracia?” Comunicación al IX Congreso Católicos y Vida Pública. Madrid, 16-18 de noviembre de 2007. *Actas del Congreso*, vol. II, CEU Ediciones. Madrid, pp. 1879-1895.

Polaino-Lorente, A. (Dir.) (2003a). *Fundamentos de psicología de la personalidad*. En colaboración con Javier Cabanyes Truffino y Araceli del Pozo Armentía. Rialp. Madrid.

Polaino-Lorente, A. (2003a). ¿Hacia una cultura del individualismo? En *Humanismo para el siglo XXI. Propuestas para el congreso Internacional “Humanismo para el siglo XXI”*, pp.163-172. Universidad de Deusto. Bilbao.

Polaino-Lorente, A. (2000 a). *La dimensión donal de la persona*. Seminario impartido en el Instituto Familia & Empresa. Monterrey. México (pro manuscrito).

Polaino-Lorente, A. (2000 b). *Cómo mejorar la comunicación conyugal*. Rialp. Madrid.

Polaino-Lorente, A., y Martínez Cano, P. (1999). *La comunicación en la pareja. Errores psicológicos más frecuentes*. Rialp. Madrid.

Polaino-Lorente, A. (1999). “La cuestión acerca del origen. El olvido del ser y la necesidad de la anamnesis en la actual paternidad humana”. *Familia et vita*. 2-3, pp. 68-94.

- Polaino-Lorente, A. (1992). “Capacità di progetto della gioventù attuale”. Ponencia al Congreso Univ' 92. *Actas del Congreso*, pp. 19-34. Roma.
- Polaino-Lorente, A. (Dir.). (1993a). *Psicología Patológica*. UNED, 8ª Edición. Madrid.
- Polaino-Lorente, A. (1993b). “Theory of Communication and Psychiatry”. En Seva, A, (Dir.) *The European handbook of Psychiatry and Mental Health*, I. Anthropos. Barcelona, pp. 191-199.
- Polaino-Lorente, A. (1980). “Una paradoja contemporánea acerca de lo uno y lo múltiple”. *Anuario Filosófico*, 2: 157-163.
- Polaino-Lorente, A. (1975). El cuerpo en la filosofía de Merleau-Ponty. *Revista de Psiquiatría y Psicología Médica*, 12, 3: 135-152.
- Polo, L. (1996). *La persona humana y su crecimiento*. Eunsa. Pamplona.
- Scheler, M. (1960). *Metafísica de la libertad*. Nova. Buenos Aires.
- Spaemann, R. (2000). *Persona. Acerca de la distinción entre “algo” y “alguien”*. Eunsa. Pamplona.
- Spaemann, R. (1991). “Teleología natural y acción”. *Anuario Filosófico*. Pamplona, 24, 273-288.
- Spaemann, R. (1989). *Lo natural y lo racional*. Rialp. Madrid.
- Stein, E. (1998). *La estructura de la persona humana*. BAC. Madrid.
- Taylor, Ch. (1994). *Ética de la autenticidad*. Paidós. Barcelona.
- Vargas, T y Polaino-Lorente, A. (1996). *La familia del deficiente mental. Un estudio sobre el apego afectivo*. Pirámide, Madrid.
- Yepes Stork, R. (1996). *Fundamentos de Antropología. Un ideal de la excelencia humana*. Eunsa. Pamplona.
- Zubiri, X. (1989). *Estructura dinámica de la realidad*. Alianza. Madrid.