

LA CREACIÓN DE SIGNIFICADO. EL MODELO DE FILOSOFÍA EXPERIENCIAL DEL LENGUAJE DE EUGENE T. GENDLIN

TOMEU BARCELÓ¹

RESUMEN: La filosofía del lenguaje de Eugene Gendlin representa un paradigma novedoso para comprender la formación de significados desde la experiencia corporalmente sentida. Los significados se crean mediante un proceso implícito por el que elaboramos simbolizaciones que interaccionan con nuestro experimentar y posibilitan el despliegue de las palabras que significan. Este artículo intenta abordar cómo tiene lugar este proceso interno desde la teoría del lenguaje de Gendlin.

PALABRAS CLAVE: experiencing, sensación- sentida, significado implícito, significado explícito, referente directo, simbolización.

The creation of meaning. The model of experiential philosophy of language by Eugene T. Gendlin

Abstract: The philosophy of language by Eugene Gendlin represents an innovative paradigm to understand the formation of meanings from the bodily felt experience. Meanings are created through an implicit process by which we elaborate symbolizations that interact with our experiencing and enable the deployment of the words that do mean. This article is an attempt to address how this internal process takes place within Gendlin's theory of language.

Key words: experiencing, felt-sense, implicit meaning, explicit meaning, direct reference, symbolization.

¹ Profesor, Filólogo y Filósofo, especialista en dinámica de grupos y relaciones humanas, *Certified Focusing Professional (Trainer)*, *Focusing Oriented Psychotherapist*, y *Certifying Coordinator* por el *The Focusing Institute of New York*, Coordinador Nacional del *Instituto Español de Focusing*, Director del *Institut de Formació Ramon Serra* (Palma de Mallorca). Consultor Internacional del *Centro de Psicología Humanista de Minas Gerais* (Brasil), miembro del *The Focusing Institute de Nueva York*. Autor de los libros: *Centrar-se en les Persones*, *Crecer en Grupo*, *Entre Persones y La sabiduría interior*, coautor de *Manual Práctico del Focusing de Gendlin*. www.tomeubarcelo.es, mail: tomeubarcelo@tomeubarcelo.es

Necesitamos entender el tipo de experiencia
que involucra el lenguaje
(Eugene Gendlin)

1. LA CUESTIÓN DEL SIGNIFICADO: UNA MIRADA RETROSPECTIVA

Fue necesario que el hombre encontrara unos signos visibles, por los cuales esas ideas invisibles de que están hechos sus pensamientos pudieran darse a conocer a otros hombres. Para cumplir semejante finalidad, nada más a propósito que aquellos sonidos articulados que se encontró dotado para producir con tanta facilidad y variedad
(John Locke)

Uno de los campos de investigación más primordiales de la filosofía contemporánea lo constituye, sin duda, la filosofía del lenguaje. Esta filosofía aspira, entre otras cosas, a vislumbrar la relación esencial entre la experiencia, mediada por el lenguaje y el sentido que le otorgamos. Se trata de superar una caduca filosofía trascendental kantiana mediante una crítica lingüística de la experiencia, para lo que se ha ido introduciendo una nueva categoría de razón —calificada como *experiencial*—, que intenta descubrir los vínculos entre la experiencia y el lenguaje o, en otras palabras; reconstruir las relaciones entre el lenguaje y la interpretación de la experiencia.

Esta tarea implica, ciertamente, afirmar una base experiencial en la razón y preguntarse por las condiciones de la experiencia, es decir; desentrañar el lenguaje descubriendo la prioridad de la experiencia y de su estructura interpretativa, porque antes que en el lenguaje e incluso en el diálogo, estamos siempre inmersos en la experiencia. Esta estructura se inscribe en la acción humana como sentida, y el sentido precisa una manifestación lingüística.

La prioridad de la experiencia, que es una experiencia vital, se antepone entonces al lenguaje porque surge de las vivencias originarias que se producen, por lo que nos afecta de nuestro estar en el mundo en forma de impresiones, emociones, sentimientos y sensaciones que sentimos corporalmente. Pero la experiencia es siempre experiencia significada y la significación la otorga el lenguaje.

Desde esta visión, la filosofía del lenguaje tendrá como objeto principal de su investigación la teoría del significado y, en consecuencia, se plantearía las cuestiones de la referencia, de la verdad, de la simbolización, de la intencionalidad y de la expresión comunicativa. En este artículo no podemos

abarcando todas las cuestiones, pero podemos referirnos a un elemento esencial como es la creación de significado desde la experiencia vivida.

En una concepción tradicional el lenguaje se entiende como descriptor de la realidad cuya función es representar el estado de las cosas. Esta mirada supone que la realidad está ahí mucho antes que el lenguaje y que lo que hace el lenguaje es referirla, dar cuenta de lo existente. El lenguaje jugaría un papel pasivo en la configuración del mundo y los contextos; y llegaría más tarde que la propia realidad a la que describe.

Esta idea es muy arcaica y su origen se remonta a los antiguos griegos. La teoría del significado de Aristóteles (384 a. C.-322 a. C.) establecía una correspondencia entre los símbolos lingüísticos (las palabras), los contenidos mentales y las realidades experimentadas. Tanto los contenidos mentales como las realidades con las que están relacionadas son objetivos, esto es; independientes de la conciencia individual y de la capacidad lingüística. En la teoría aristotélica, la relación entre símbolos y contenidos mentales es convencional, el vínculo entre nombre y aquello con lo que se relaciona no es establecido en virtud de similaridad o mimesis, sino de acuerdo, por convención. El significado, por tanto, no es una propiedad natural sino una característica social que es necesario aprender en el seno de una comunidad (la única excepción son los sonidos vinculados a la expresión natural de emociones). Esta concepción, con sus matices, prácticamente se mantuvo hasta finales del siglo XVI.

La interpretación del lenguaje como representación de la realidad, tan prolongadamente sostenida, fue criticada en el siglo XVII por Locke (1632-1704). La reflexión sobre el significado, en Locke, es parte de la elucidación filosófica. El concepto central de la filosofía de Locke es el de idea. Locke consideró las ideas como un cierto tipo de signos de las cosas, y las palabras como signos de las ideas. Para Locke, las palabras significan ideas; una tesis cartesiana. El lenguaje no permite referirse directamente a la realidad, sino que se relaciona con ella, a través de las ideas. Pero si no existen tales ideas, fruto de la experiencia, el lenguaje pierde su significatividad. La conclusión es que exclusivamente podemos hablar significativamente de aquello que en alguna medida hemos experimentado, es decir; de aquello de lo que tenemos formada alguna representación ideacional porque, para Locke, la captación de la realidad comienza necesariamente por la experiencia de lo individual.

En el siglo XVIII el filósofo francés Destutt de Tracy (1754-1836) ya apuntó que la sensación se encuentra en la base de todas las operaciones del entendimiento. La sensación se encuentra en la génesis de todas las ideas y en el origen de todo lenguaje y unos años más tarde la filosofía lingüística de Humboldt (1769-1859) consideró al lenguaje en conexión con los procesos psicológicos de percepción y conceptualización y puso el énfasis

en el carácter activo de la mente humana: el entendimiento no es el mero receptor de sensaciones, inerte ante el flujo de estímulos sensoriales, sino la facultad de organizar y dividir la experiencia en unidades, en conceptos lingüísticamente determinados y consolidados.

La obra de Ch. S. Peirce (1839-1914) es germinal en la historia de la semiótica moderna. Esta obra ha determinado el surgimiento del conductismo lingüístico y de la pragmática moderna. Para Peirce el signo es una realidad que está en lugar de otra para alguien, que se lo hace presente. El signo está en lugar de algo, su objeto. El uso del signo da por supuesto el conocimiento del objeto que sustituye, y no puede añadir algo epistemológicamente nuevo a este objeto. El mecanismo semiótico está pues, para Peirce, basado en el reconocimiento: que podamos conectar el signo con aquello a lo que se refiere depende en última instancia de que tengamos o hayamos tenido contacto previo con dicho objeto, y que podamos reconocerlo mediante el fundamento del signo.

La semiología de F. de Saussure (1857-1913) es la otra fuente de la que se ha alimentado la semiótica moderna. Un lugar central en esa teoría semiológica lo ocupa su concepción de signo, inseparable de su teoría del lenguaje, de la que constituye su fundamento a través de la noción del sistema y del principio de arbitrariedad. El lenguaje como un sistema de signos cuya finalidad es denotar, connotar y expresar. Los signos lingüísticos no son, sino que tienen valor. Los signos lingüísticos dependen de su posición relativa con respecto a otros signos para alcanzar una u otra significación. Por eso Saussure niega que la lengua constituya una nomenclatura, un repertorio fijo de designaciones de la realidad, una lista de términos que corresponden a otras tantas cosas.

En el fondo de todo este debate histórico subyace la idea de la función referencial del lenguaje como instrumento de denotación y comunicación, sea que los signos y las palabras representen a una realidad fáctica o a una idea o concepto relacionado con esta realidad.

Sin embargo en los procesos de constitución de los sujetos resulta central la construcción de la significación y no solo de la comunicación. A través del lenguaje configuramos el universo simbólico de cada uno y llenamos el mundo de significados a la vez que conformamos nuestro lugar en el mundo. Con esta mirada vamos un poco más allá de comprender el lenguaje únicamente como comunicación, como un compendio de mensajes que se reglamentan mediante códigos establecidos y que circulan a través de un canal en unas relaciones bidireccionales de emisores y receptores.

Estamos planteando la cuestión del significado en sentido amplio, vislumbrando aquella dimensión que tiene que ver con las maneras en que las personas llenamos de significado y de sentido a los signos que utilizamos,

esto es; los procesos de construcción de significado a través de los cuales establecemos interacciones con otros y nos vinculamos a la cultura. En definitiva estamos intuyendo una dimensión que abarca el proceso de transformación de la experiencia humana en significación.

2. LA DUDA DE WITTGENSTEIN O LA DIFICULTAD DE UN LENGUAJE EXPERIENCIAL

De lo que no se puede hablar hay que callar
(Ludwig Wittgenstein)

Hasta la segunda mitad del siglo XX, con las aportaciones de Ludwig Wittgenstein (1889-1951), no se dio un salto definitivo a la función del lenguaje como configurador de realidad y no solamente como descriptor. Si bien en una primera etapa subyace una teoría de la representación figurativa del signo, el último Wittgenstein cambia esta idea y se separa de la teoría de la figuración.

Así, en el *Tractatus logico-philosophicus* pretende dar solución a los problemas de la filosofía elevándola a la categoría de una filosofía del lenguaje, y presenta sus primeras tesis fundamentales: «el mundo es todo lo que es el caso, el mundo es la totalidad de los hechos, no de las cosas»².

Wittgenstein derivará de estas tesis la función de la lógica en cuanto que los hechos en el espacio lógico son el mundo (proposición 1.13) y abordará la cuestión de lo decible, del lenguaje, del uso empírico de la razón. En la mirada de este «primer Wittgenstein» la proposición establece la representación de un hecho en el sentido lógico-formal, representa una determinada configuración de los objetos que constituyen este hecho. Toda representación debe tener algo en común con la realidad representada y la proposición tiene en común con el hecho atómico la forma de los objetos, una específica posibilidad de combinación de los objetos entre sí. Así se determina una conexión necesaria entre las proposiciones y los hechos que los hace representables en el lenguaje y dotados de sentido.

Wittgenstein continúa, en realidad, planteando esta correspondencia entre el lenguaje y los hechos del mundo como condición de posibilidad

² L. WITTGENSTEIN, *Tractatus logico-philosophicus*, Madrid: Alianza Editorial, 1993, p. 15. Hay algunas traducciones más comprensibles que expresan: «el mundo es todo lo que acontece».

expresiva, por lo que puede pronunciar su sentencia final: «de lo que no se puede hablar hay que callar»³.

Sin embargo, después de más de una década de silencio filosófico Wittgenstein, en la publicación póstuma *Investigaciones filosóficas* rechaza la estructura ontológica que había levantado según la cual el mundo es la totalidad de los hechos y rechaza la relación inequívoca entre el mundo y su figuración en pensamientos y proposiciones.

Para este «segundo Wittgenstein» quien desee saber lo que significa una palabra tiene que examinar cómo se utiliza, siendo éste el único camino para alcanzar alguna claridad sobre su significado. Lo que hay son distintos juegos de lenguaje. El lenguaje —asevera Wittgenstein— es mucho más que nombrar, y no puede sustituir a las cosas.

Esta nueva perspectiva entraña una concepción pragmática de la verdad, porque ahora el significado de las palabras y de las proposiciones no depende de su correspondencia con el estado de cosas en el mundo sino de su congruencia. El lenguaje que se expone en las *Investigaciones* es algo vivo, totalmente subjetivo a la hora de su formación y cuyo significado se define por su utilización. El uso se erige como criterio único de significado. Las variaciones en el lenguaje son denominadas «juegos lingüísticos». El uso es lo que da significado a las palabras dentro de cada juego.

Una tesis fundamental de las *Investigaciones* es la dificultad de un lenguaje privado. Pero entonces ¿qué sucede con las palabras que refieren a nuestras experiencias internas? El significado de una palabra que expresa una situación interna puede ser conocida por otros hablantes, pero uno no puede saber si denominas una experiencia con la misma palabra que lo pueda hacer otra persona puesto que la experiencia es personal. Esto lleva a Wittgenstein a comprender que el uso de estas palabras viene asociado a otra serie de actitudes y comportamientos no verbales que ayudan a asociar estas palabras a las situaciones experienciales privadas.

Wittgenstein reconoce que en el lenguaje ordinario la función descriptiva es una de las tantas funciones del lenguaje y que el dominio del significado es mucho más grande que el de la referencia. Así, para el segundo Wittgenstein, el sentido de una proposición o el significado de una palabra es su función, o sea que está determinado por el uso que se haga de ella, por lo que el criterio referencial del significado es reemplazado por un criterio pragmático.

Sin embargo, se pregunta Wittgenstein, si el lenguaje ha surgido para nombrar las cosas del mundo parece limitado para significar nuestros estados internos. De ahí la duda: *¿qué pasa con el lenguaje que describe mis*

³ *Op. cit.*, p. 183.

*vivencias interiores y que solo yo puedo entender? ¿Cómo designo con palabras mis sensaciones?*⁴

3. EL RETO DE GENDLIN Y LA NUEVA FILOSOFÍA DEL LENGUAJE

Nuestros conceptos no son inútiles por el mero hecho de que no sean equivalentes al experimentar. No necesitamos una especie de ecuación entre el experimentar y los conceptos.

(Eugene Gendlin)

¿Qué pasa cuando Wittgenstein se pregunta «¿qué pasa cuando...?»⁵ es el título de un artículo en el que Eugene Gendlin intenta responder con una nueva concepción del lenguaje y su significado. El artículo es una muestra de deuda y agradecimiento a Wittgenstein por sus contribuciones y, al mismo tiempo, resulta una alegato para ir más allá. Porque Gendlin va mucho más lejos en buscar una explicación para la creación del significado a partir de la experiencia y en vislumbrar cómo funciona y se crea un lenguaje significativo en un marco interaccional.

La búsqueda se inició pronto. Eugene Gendlin (1926) había nacido en Viena en el seno de una familia judía y tuvo que emigrar en 1938 a Estados Unidos con sus padres a causa de la persecución nazi. En Washington estudiaba filosofía y continúa su formación en Chicago. En sus estudios se interesó por la relación entre la experiencia y los conceptos, inspirado por la obra de Wilhelm Dilthey (1833-1911) para quien la experiencia es un proceso y una vivencia, y tradujo este concepto diltheyano como *experiencing*. A su trabajo, presentado en 1950, como candidato a la graduación, lo tituló *Wilhelm Dilthey y el problema de la comprensión de la significación humana de la ciencia del hombre*⁶. Ocho años más tarde Gendlin presenta su tesis doctoral que titula *La función del experimentar en la simbolización*⁷.

⁴ L. WITTGENSTEIN, *Investigaciones filosóficas*, Barcelona: Crítica, 1988.

⁵ E. GENDLIN, «What Happens When Wittgenstein Asks “What Happens When...?”», en *The Philosophical Forum*, Volume XXVIII. No. 3, Winter-Spring 1997.

⁶ E. GENDLIN, *Wilhelm Dilthey and the problem of comprehending human significance in the science of man*, University of Chicago, Department of Philosophy, 1950. Trabajo no publicado que amablemente me hizo llegar un buen amigo.

⁷ E. GENDLIN, *The function of experiencing in symbolization*, University of Chicago, Department of Philosophy, 1958. Esta tesis tampoco está publicada y la misma persona me la hizo llegar generosamente.

En 1962 aparece su primer libro: *El experimentar y la creación de significado*⁸ que, lamentablemente no está traducido y en el que empieza a apuntar su nueva filosofía del lenguaje basada en la hipótesis de que los significados se forman y se desarrollan a través de la interacción entre el experimentar y los símbolos. En esta interacción se comprueba que los conceptos son significativos si y solo si interaccionan con el experimentar sentido, con la dimensión sentida de la experiencia. Esta dimensión sentida adquiere significado (*felt meaning*) y se relaciona con simbolizaciones lógicas, porque la experiencia prelógica funciona en la formación de significados de orden lógico⁹. Para Gendlin el lenguaje se plantea como transformador y no solo como evocador al modo de Wittgenstein, y esta capacidad productiva y transformadora del lenguaje se realiza mediante la creación de significados que encajan con la experiencia sentida y contienen la propulsión de un proceso que funciona implícitamente:

El lenguaje hace algo más de lo que dice. Esta distinción considera al «más» como «algo que se hace» (y no que se dice), pero parece que todavía tenemos solamente lo que decimos, y no lo que lo que decimos que se hace. Por eso Wittgenstein rechaza toda explicación de lo que el lenguaje hace. Wittgenstein decía que no podía decir; que solo podía «señalar». ¿Pero podemos, al menos, defenderle cuando dice eso? «Señalar» nos trae a la mente la idea de una cosa en el espacio a la que podemos señalar¹⁰.

El hecho de que al referirnos directamente a la vivencia o al *experiencing* —en términos gendlinianos— nos permita la conceptualización, implica una característica importante: el proceso experiencial es implícitamente significativo y este significado implícito es directamente sentido, se siente en la consciencia aunque la variedad de significado complejo que pueda contener no se haya conceptualizado todavía. Así que debemos considerar estos significados como preconceptuales, conscientes pero aún no diferenciados.

En la filosofía de Gendlin, la simbolización no es solo un problema intelectual. Cuando afirmamos que decimos algo que ha sido correctamente simbolizado nos referimos al efecto experimentado interiormente ante un símbolo determinado. La simbolización es, entonces, antes que nada, sentida.

⁸ E. GENDLIN, *Experiencing and the Creation of Meaning*, New York: Macmillan, 1962.

⁹ Una buena publicación que recoge muchos elementos de la filosofía del lenguaje de Gendlin es D. LEVIN (ed.), *Language beyond Postmodernism. Saying and Thinking in Gendlin's Philosophy*, Evanston, Illinois: Northwestern University Press, 1997.

¹⁰ E. GENDLIN, «Las palabras pueden decir cómo funcionan», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p. 417.

¿Cómo es posible la creación de significado desde la experiencia? Para comprender la cuestión tendremos que plantearnos en qué consiste esta experiencia y cómo desde ella emerge un significado que a la vez cambia y configura la experiencia.

4. LA GÉNESIS DEL SIGNIFICADO: LA EXPERIENCIA SENTIDA CORPORALMENTE

«Se puede sentir directamente el origen de lo que emerge»
(Eugene Gendlin)

La experiencia personal no consiste solamente en un repertorio de recuerdos de lo que nos ha ido aconteciendo en el transcurso de nuestra vida. La experiencia sustenta toda nuestra existencia, porque mediante la experiencia nos reconocemos a nosotros mismos en relación con la historia, el mundo y las demás personas. De ahí que la recuperación sistemática de la experiencia, a partir de su análisis y reflexión, pueda devenir una plataforma que nos permita la construcción de sentido de la propia existencia. Desde esta perspectiva, Eugene Gendlin explora la subjetividad humana y profundiza en el concepto de experiencia para otorgarle una nueva comprensión.

En la existencia las personas estamos inmersas en un complejo mundo de fenómenos que nos afectan a modo de estímulos. El estímulo varía en función de los acontecimientos que nos conciernen. Todo este cúmulo fenoménico produce en la persona material de la experiencia, sensaciones que pueden atenderse y adquirir significado. Este flujo líquido que cambia a cada instante y ondea en el campo existencial de cada individuo configura la experiencia de este individuo como ser en su contexto. Cada experiencia de cada persona es, por consiguiente, distinta, pues los estímulos que les afectan son diferentes, o incluso siendo similares, la afectación es desigual. A todo este marco nos referimos con el término *experiencia*. La experiencia conforma esta «sensación de...» producida por algún conglomerado de estímulos que nos afectan y acontece en función de las interacciones que establecemos con el medio y con los demás. Lo que sentimos nos acontece.

Para precisar la experiencia, Gendlin formula el concepto de *experiencing*¹¹ y lo define de manera más concreta en su libro *Experiencing and the Creation of Meaning* como un proceso cambiante, orgánico, espacio-temporal, una

¹¹ La primera vez que aparece el término *experiencing* es en el artículo E. T. GENDLIN & F. ZIMRING, «The qualities or dimensions of experiencing and their change». *Counseling Center Discussion Paper*, 1(3), Chicago: University of Chicago Library,

corriente continua de sentimientos y unos pocos contenidos explícitos. Esto es, el proceso de sentimientos que continuamente acontece en el campo fenoménico del individuo. Este continuo proceso es sentido por la persona antes que conocido o pensado o verbalizado. Es un presente inmediato de lo que estamos viviendo en cada momento. Consiste en la interacción entre la persona y su entorno.

La experiencia no es subjetiva ni intrafísica, sino interaccional y ocurre en el presente. Lo que uno siente no es un sumario de lo que ocurre, es lo que ocurre. La experiencia funciona como interiormente sentida y situacionalmente vivida y está siempre vinculada a la interacción. Así, lo que uno siente en cada momento es interaccional, se refiere al universo infinito y a las circunstancias en un contexto con otras personas, palabras, signos, entornos físicos, situaciones...

El *experiencing* (experienciar) es un proceso, cualquier cosa particular que consideremos será una manera particular del *experiencing* que es un transcurso de eventos concretos y en marcha. Es un proceso sentido interiormente. Un proceso de sentimiento al cual una persona puede referirse directamente.

Una persona en un momento dado es interacción-con, es un miedo-de, una esperanza-de, un enfado-por, un tratar-de, un rechazo-de... Por eso la experiencia que sentimos es tan compleja, es la vida en toda su complejidad de situaciones. Las situaciones implícitas en la experiencia son en el presente tal como son¹².

Pero el *experiencing* se experimenta como vivencia corporal, se va construyendo a partir de sensaciones físicamente sentidas que van encadenando un contínuum temporal porque nuestro cuerpo registra experiencias a modo de sensaciones, no de contenidos, y a través de la sensación podemos

1955. Más tarde aparecen otros artículos matizando y profundizando en el concepto y que son:

—E. T. GENDLIN, «A descriptive introduction to experiencing». *Counseling Center Discussion Papers*, 3(25), Chicago: University of Chicago Library, 1957.

—E. T. GENDLIN, «The function of experiencing II. Two issues: Interpretation in therapy; Focus on the present». *Counseling Center Discussion Papers*, 4(3), Chicago: University of Chicago Library, 1958.

—E. T. GENDLIN, «The concept of congruence reformulated in terms of experiencing». *Counseling Center Discussion Papers*, 5(12), Chicago: University of Chicago Library, 1959.

—E. T. GENDLIN, «Experiencing: A variable in the process of therapeutic change». *American Journal of Psychotherapy*, 15(2), 1961.

¹² E. T. GENDLIN, «Psicoterapia experiencial», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p. 153.

recuperar un saber accesible a cada instante que será una fuente de información disponible a cada momento.

La experiencia de la existencia y el acceso a ella es la vida del cuerpo sentido en su interioridad, la sensación de ser un cuerpo vivo en este instante. A través del cuerpo la persona tiene acceso directo a la complejidad de su experiencia visceral que se puede sentir como una sola sensación que Gendlin denomina *felt-sense*. El cuerpo vive la experiencia por medio de las sensaciones-sentidas (*felt-sense*) que son prélogicas y que implícitamente contienen un significado.

Si el cuerpo es depositario de un conocimiento orgánico y una evaluación interna, entonces ya no hace referencia a una máquina sino que significa algo sustancialmente interaccional que proyecta sus acciones desde dentro. Nuestro cuerpo siente la complejidad de cada situación y posibilita la mayor parte de las cosas que hacemos sin que tengamos que pensar en cada uno de nuestros movimientos, el cuerpo totaliza la situación global y da con las actuaciones apropiadas la mayoría de las veces.

El *felt-sense* se experimenta como manifestación concreta del *experiencing* corporalmente, como una sensación física, somática. Se siente en las vísceras, en el pecho o en la garganta, o en algún lugar específico normalmente situado en medio del cuerpo. Al principio aparece como algo confuso pero pronto se aprecia que puede ser la fuente de la que emerge la complejidad experiencial de cualquier situación.

Normalmente el *felt-sense* no está ahí, primero hay que dejarlo aparecer, surge novedosamente y se experimenta como un todo complejo. Se trata de una complejidad global implícita en una sola sensación. El surgimiento de una sensación corporal de este tipo produce un alivio, como si el cuerpo agradeciera la oportunidad que se le brinda para unificarse en un todo globalizante:

Actuamos, hablamos y pensamos con y desde la sensación corporal. Funciona de forma altamente ordenada. En la mayoría de las situaciones estamos perdidos sin ella ¹³.

El *felt-sense* está situado en la zona limítrofe existente entre lo consciente y lo inconsciente, se experimenta física y somáticamente. Se siente en las vísceras, en el pecho o en la garganta, o en algún lugar específico normalmente situado en medio del cuerpo. Es un tipo especial de sensación corporal. Se siente interiormente, pero no como una sensación física externa parecida a un tirón muscular o un picor en la nariz. Una sensación corporal

¹³ E. T. GENDLIN, «Cuerpo, lenguaje y situaciones», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p. 387.

directa, y al principio confusa, en la zona limítrofe, no es exactamente como una sensación corporal normal; no se trata de una emoción, una idea o un contenido definido sino de una sensación sentida de algún aspecto que nos afecta de nuestra existencia en un contexto. Es, por tanto, la manera singular de vivenciar personalmente una situación o aun asunto en el cuerpo y es significativa para la persona que la experimenta. Podemos diferenciar sensaciones que sentimos en relación a cada una de las situaciones que nos afectan de nuestra vida. Quizá no sabemos muy bien todavía el nombre preciso que definiría esta sensación, o qué cosa es, pero podemos distinguir en la conciencia a qué se refiere.

La experiencia que sentimos es compleja, es la vida en toda su combinación de situaciones en las que estamos sumidos. Estas situaciones constituyen nuestro presente inmediato. También la cultura, los condicionantes sociales y nuestra propia historia han dejado huellas en nuestro cuerpo-organismo, han configurado nuestra manera de vivir ahora la experiencia. Toda esta complejidad nos forja como individuos únicos que sentimos en nuestro cuerpo. De esta manera experimentamos nuestro cuerpo como una continuidad temporal. Es a mi cuerpo al que le han ocurrido los acontecimientos que me han afectado, que me afectan y que proyecto hacia el futuro.

Gendlin da un paso más y manifiesta que la misma experiencia funciona en la formación de significados. Si la experiencia se infiere a lo directamente sentido, a la corriente de sentimientos que tenemos en cada momento, entonces juega un papel importante en la conducta y en la formación de significados.

La sensación sentida es una sensación corporal, pero no se trata de una mera sensación física semejante a un cosquilleo o a un dolor. Es la sensación física de algo con significado, de una complejidad implícita¹⁴.

Dentro del experimentar yace el dato interno (el significado implícito) de lo que uno tiene que decir. Cuando manifestamos algo buscamos con nuestra atención enfocada interiormente ese algo concreto, ese sentimiento o sensación de lo que queremos decir y con la palabra lo expresamos.

Por ello, Gendlin afirma:

Debemos preocuparnos con la experiencia que funciona en la formación de significado de orden lógico. Debemos investigar la experiencia prelógica, preconceptual, tal como funciona junto con los símbolos lógicos, pero a los que no sustituye; no podemos considerar la experiencia como un constructo lógicamente esquemático, por muy complejo que sea. A lo sumo podemos tener un esquema

¹⁴ E. GENDLIN, *El focusing en psicoterapia. Manual del método experiencial*, Barcelona: Paidós, 1999, p. 104.

de cómo se relaciona experiencia y lógica. Incluso entonces, la experiencia debe inferirse a lo directamente sentido, a la corriente de sentimientos que tenemos en cada momento. Le llamaré «*experiencing*», utilizando este término para el *fluir* de las experiencias, aquello a lo que puedes en cada momento atender internamente si lo deseas¹⁵.

Comprender el cuerpo en los mecanismos de significación es capital. El hombre es, de hecho, una unidad; y el cuerpo, la mente, los sentimientos, las conductas y el espíritu, son manifestaciones de una esencia única. Toda idea, gesto, tensión muscular, sentimiento, ruido en el estómago, además de rasgarse la nariz, melodía entonada, desliz verbal y otras expresiones tienen un carácter significativo y lleno de sentido, y se relacionan con el presente. El cuerpo es fuente de significación, el lugar donde está registrada toda la historia vital de un individuo. En él están asentadas todas las experiencias disponibles para ser significadas y exteriorizadas. Y es que cuando una persona tiene que expresar algo a alguien e intenta que su interlocutor comparta el sentido de lo expresado precisamos, para seleccionar mejor las palabras que queremos comunicar, estar en contacto directo con nuestra experiencia.

5. EL SIGNIFICADO IMPLÍCITO DEL EXPERIENCING: EL REFERENTE DIRECTO

He intentado mostrar que cuando carecemos de palabras, es porque nuestra situación más intrincada ya está volviendo a trabajar el lenguaje implícito en nuestros cuerpos
(Eugene Gendlin)

Eso que sentimos internamente contiene una significación implícita. Puede parecer, al sentir algo, que tenemos solamente una sensación interna: una tensión, un bienestar, una especie de angustia, un presentimiento o cualquier otra cosa. Tenemos alguna percepción interna que todavía no tiene nombre, es algo que... pero no sabemos muy bien cómo definir ese algo. Sin embargo sabemos que tiene algún significado implícito o implícitamente sentido que sentimos en la conciencia.

Cuando observamos una situación que nos ha ocurrido en el pasado, por ejemplo, raramente pensamos en palabras lo que observamos o recordamos.

¹⁵ E. GENDLIN, «La significatividad del significado sentido (*felt meaning*)», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p. 132.

Si la describimos, parece que las palabras surgen a partir de una sensación de lo que hemos recordado, pero no pensamos cada experiencia pasada con las funciones presentes de observación, todos sus significados funcionan implícitamente como mi presente concretamente sentido y contienen toda nuestra experiencia anterior. Si una persona siente un significado de lo que está experimentando como un sentimiento aquí y ahora, es probable que inicialmente todavía no pueda expresar lo que siente en palabras, es un significado sentido realmente pero no expresado y todavía precisa símbolos verbales o no verbales que interactúen con él para lograr una significación explícita. En cualquier momento que se desee uno puede referirse directamente a un dato interiormente sentido. El *experiencing* en el modo de referirse directamente en este sentido es lo que Gendlin denomina *referente directo*.

El *referente directo* contiene una significación. Inicialmente puede parecer que el *experiencing* fuera la sensación interna de nuestro cuerpo (*felt-sense*), pero solamente en este sentido directo llegamos a tener el significado de lo que decimos o pensamos. Este significado, muy a menudo, está todavía fuera de la simbolización verbal, en su lugar tenemos un evento, una percepción o alguna palabra que no representa nada («esto» o «algo»). Cuando éste es el caso denominamos al significado como «implícito» o «implícitamente sentido» pero sin conocerse todavía explícitamente. Esta significación implícita se siente en la conciencia por lo que es pre-conceptual pero consciente. Así pues, el *experiencing* es implícitamente significativo y se percibe antes de que pueda ser conceptualizado.

Un referente directo será entonces un dato nítido y real de cualquier tipo que la persona siente organísmicamente, una palabra imprecisa, una sensación significativa que acompaña a este impulso de sensaciones en el momento en que se quiere decir algo; que no puede ser todavía conceptualizada pero que intuimos llena de significado. Y es que cuando una persona intenta contar algo que todavía es conceptualmente impreciso, siente corporalmente un compendio de sensaciones y significados. El fenómeno de concentrarse en lo que va a decir, este *referirse a* una especie de significado interno que no se conoce todavía, es lo que Gendlin quiere decir con aproximarse al referente directo del *experiencing*. La persona, entonces, empieza a focalizar logrando ponerse en contacto consigo misma y puede llegar a aproximarse al concepto que realmente quiere expresar simbolizando y haciendo explícito el sentimiento en cuestión. De este modo se ha llegado a sentir una nueva cualidad del referente directo. Este referente se siente en movimiento, dado corporalmente y sentido en marcha. El movimiento del referente es la experiencia directa de que algo más que la lógica y la verbalización se han producido internamente. El más leve cambio del referente produce un inmenso cambio en la verbalización.

Es importante matizar que no debemos confundir el *felt-sense* con el *referente directo*. El *felt-sense* se relaciona con el aspecto físico y corporal, es una sensación somática; mientras que el *referente directo* es el aspecto que nos sugiere el significado implícito de esta sensación referida a algo.

En consecuencia, las personas podemos atender nuestra experiencia de forma que surja algo directamente sentido. Esta sensación posee una mayor riqueza de lo que expresamos con palabras porque lo implícito, como contenido del *experiencing*, podrá dar lugar a la aparición de símbolos y nuevos significados:

Una sensación corporal puede contener implícitamente argumentos sobre el mundo. No se trata de algo meramente privado ya que vivimos de forma sentida y corporal en el mundo. Gran cantidad de factores se superponen en una sola sensación-sentida de este tipo. Algunas ya han sido separadas con anterioridad, pero muchas no lo han sido nunca. Tu sensación-sentida contiene implícitamente todo lo que has oído decir pero también mucho sobre lo que has pensado y leído sobre este tema a lo largo de los años, y tu propio trabajo en todos sus muchos aspectos y mucho más, todas las superposiciones de forma que cada una cambia implícitamente, dirigiendo y dando relevancia a las demás. Y además, una sensación-sentida de esta naturaleza puede conducirnos a algo nuevo sobre el mundo¹⁶.

Cabe señalar que el concepto de *referente directo* tiene sus complicaciones porque Gendlin lo ha definido de diferentes maneras a lo largo del tiempo, incluso con algunas contradicciones.

En los años 70 y 80 del pasado siglo, influido de una parte, por las filosofías de Bergson (1859-1941) y Sartre (1905-1980), que subrayaban el aspecto afectivo de la experiencia y defendían que este aspecto afectivo solo se abarcaba desde la intuición o la vivencia mientras que la lógica de definición de conceptos generaba una distorsión de la experiencia vivida. De otra parte se nutre de las aportaciones de Husserl (1859-1938), quien manifestaba que todos los actos de la conciencia son intencionales, están referidos a algo, por lo que la vivencia (*Erlebnis*) es todo acto psíquico intencional y es esencial en ella la referencia a un objeto, en el sentido de objeto intencional, inmanente a la propia vivencia.

Gendlin formula su concepto de *referente directo* como aquello que es lo central de un sentimiento nítido pero que es conceptualmente vago. Es como si dijéramos: «eso que siento no sé exactamente lo que es, pero lo siento con intensidad».

¹⁶ E. GENDLIN, «El entramado y la profundización: algunos términos relativos a la línea divisoria entre la comprensión natural y la formulación lógica», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p. 446.

Sin embargo, a partir de los años 90 ha ido matizando este concepto, sobre todo, a partir de su última investigación filosófica titulada: *A process model*¹⁷, aparecida en 1997.

Allí expresa que la experiencia se vive en forma de sentimientos. Los sentimientos usuales que tenemos son parte de cómo están estructuradas culturalmente nuestras situaciones. Esos sentimientos los tenemos introducidos mediante las interacciones. Las interacciones culturalmente modeladas no continuarían de manera regular si uno de los participantes de la interacción no pudiera tener el sentimiento «introducido». Así que los sentimientos, aunque sean privados, son parte de nuestras rutinas. Si alguien nos derrota, por ejemplo, en alguna disputa o conflicto, el patrón cultural nos induce a sentir rabia y a menudo a no demostrarla. Nuestra vida privada interna es, en gran medida, una parte intrínseca de nuestras situaciones modeladas con otros.

Sin embargo, en ocasiones, una partícula del cambio corporal es producida por algún cambio ambiental que, a su vez, autopropulsa el cuerpo a una nueva partícula de cambio corporal y va generando una nueva secuencia. La secuencia comienza con buscar, dejar venir lo que aún no está ahí. Mientras uno mira, por así decirlo, en la conciencia corporal, se encuentra autopropulsándose por un nuevo espacio, diferente del anterior espacio ocupado por sentimientos de situaciones estructuradas culturalmente.

Este nuevo «sentimiento» que va aconteciendo, no es exactamente el sentimiento introducido por los patrones culturales, tampoco es totalmente diferente, pero tiene que ver con la totalidad de un contexto. Cuando notamos esta totalidad en la consciencia tenemos un *referente directo*. Parece, dice Gendlin, que los pensadores son guiados por este tipo de experiencias, por un referente directo que vívidamente contiene una sensación de la totalidad del asunto a resolver. Gendlin propone que si pudiéramos hacer este método de manera sistemática, no solamente nos resultaría útil a la hora de pensar, sino que nos aportaría una nueva forma de entender lo que siempre han sido los poderes del pensamiento:

Los pensadores originales probablemente son guiados por un referente directo muy a menudo, aunque, a través del contexto de cruce directo, también es posible que a uno «se le ocurra» una respuesta o un paso en un problema sin haber tenido la sensación sentida de todo el problema como tal. Hacer este método sistemático no solamente es útil en el pensamiento, sino que revela todo un nuevo campo de reglas, un nuevo tipo de lógica, una nueva forma de entender lo

¹⁷ Obra traducida por E. RIVEROS, *Un modelo procesal. Parafraseando a E. Gendlin*, Ecuador: Instituto Ecuatoriano de Focusing, 2009.

que siempre han sido los poderes del pensamiento, y una fuerte adición a estos poderes¹⁸.

Ahora bien, un referente directo no siempre se forma y, si lo hace, no se forma necesariamente justo cuando lo deseamos. Y cuando se forma quizá es una cosa distinta a lo que deseábamos o esperábamos. En definitiva, el referente directo se forma por sí mismo y llega solamente cuando se lo permitimos.

Cuando se forma y llega, ha sucedido algo muy importante porque esta formación del referente es un tipo de autopropulsión. Primero hay un período inestable de llegada y pérdida de posesión, sentimos la totalidad de toda una situación y luego parece que la sensación se va de nuevo. En esta etapa inestable de la formación del referente directo, Gendlin dice que es bueno buscar un término descriptivo inicial para la cualidad de esta sensación inestable y a eso es a lo que llama «asidero».

En el pensar también se da el mismo proceso. El pensamiento no es de ninguna manera un movimiento simple alrededor de entidades o conceptos definidos como «pedazos» de conocimiento. El pensamiento es, en gran medida, implícito; y lo implícito es lo que pensamos centralmente de una cuestión, el sentido de lo que estamos pensando lo cual es una autopropulsión de una complejidad que está también implícita. Esta parte central es el referente directo de este pensamiento. En todo pensamiento hay algo novedoso que desea emerger, de manera similar con los problemas o asuntos personales cuando surge la sensación de todo el problema como algo diferente a los sentimientos usuales.

El motor de la autopropulsión es, para Gendlin, el referente directo. La formación del referente directo es un nuevo tipo de secuencia a la que hasta ahora no se le ha dado importancia. Los referentes directos no están ahí, implícitamente, pero sí toda la complejidad de cada secuencia de acción, pensamiento o sentimiento. Si en realidad se va a formar un referente directo o no, no puede controlarse. Se puede permanecer deliberadamente y esperar, concentrándose y vivenciar la sensación, pero no podemos hacer que llegue el referente directo deliberadamente. Una formación de referente directo en realidad es un tipo de autopropulsión y la autopropulsión siempre es algo que puede no suceder.

Eugene Gendlin llega a afirmar que *el referente directo es un objeto de retroalimentación perfecta*¹⁹.

¹⁸ E. GENDLIN, *Un modelo procesal. Parafraseando a E. Gendlin* (Traducción de E. Riveros), Ecuador: Instituto Ecuatoriano de Focusing, 2009, p. 225.

¹⁹ *Op. cit.*, p. 234.

Pero un referente directo es también una categoría de expresión que explicita la comprensión de un todo, por eso tiene una función detonante. Así que es un nuevo tipo de significación (sin símbolos) que autopropulsa más que solamente el uso del lenguaje formal.

Por esta razón, un referente directo, puede ser fuente de nuevos conceptos, relaciones de ideas, categorías de universales lingüísticos etc. No es que el referente directo ya estuviera allí, sino que en el proceso de autopropulsión se va formando y en esta formación espera que nosotros lo notemos y lo sintamos. Si no se autopropulsara no lo notaríamos porque no hay forma de sentir lo que no está siendo autopropulsado.

6. EL SIGNIFICADO SENTIDO Y EL SIGNIFICADO EXPLÍCITO

El lenguaje no es algo injertado en el cuerpo. El hablar se forma directamente del cuerpo.

(Eugene Gendlin)

Hemos visto como Gendlin concibe el cuerpo como un generador de significados en la medida en que interacciona con el ambiente o con el contexto inmediato, de modo que el cuerpo llega a significar implícitamente los sucesos de la experiencia por lo que es depositario de un conocimiento del acontecer.

Por este mecanismo construimos el significado de un modo no consciente, simbolizamos sin pensar, no utilizamos ninguna de las funciones de las establecidas en el modelo tradicional. Para Gendlin, la creación de significado no es un proceso mental como la deducción o la inducción, es más bien un proceso corporal; esto es, un proceso de significación que proviene de nuestra interafectación con el entorno. De esta manera una de las características del *experiencing* es su funcionamiento implícito en el *significado sentido* (*felt meaning*) por el individuo y que no siempre aparece en el relato de lo expresado.

La persona siente un significado de lo que está experimentando pero todavía no puede expresarse claramente en conceptos. Este significado sentido y no pensado necesita símbolos verbales para lograr una conceptualización. Cuando surge la palabra o el símbolo, su correspondencia con lo que siente estará en función de lo que el individuo perciba como ajustado orgánicamente. Cuando este símbolo tiene resonancia en el organismo se trata de un símbolo *certero*.

El hecho de que al referirnos directamente al *experiencing* nos permita la conceptualización implica una característica importante: el proceso

experiencial es implícitamente significativo y este significado implícito es directamente sentido, se siente en la consciencia aunque la variedad de significado complejo que pueda contener no se haya conceptualizado todavía. Así que debemos considerar estos significados como preconceptuales, conscientes pero aún no diferenciados:

Un avance filosófico se produciría si notamos que podemos hablar desde un acceso directo al experimentar. Podemos reconocer la diferencia cuando estamos hablando desde nuestro acceso directo y cuando no lo estamos. Hablar desde un acceso directo a la experiencia lleva a un proceso en zig-zag entre el hablar y acceder, en el cual la experiencia cambia, pero no arbitrariamente. Esto ocurre en una sucesión de pequeños cambios sentidos corporalmente²⁰.

En la construcción de significado existe entonces un aspecto implícito, un núcleo de significado sentido que orienta el discurso explícito. Este mundo implícito es infinitamente más grande de lo que se logra explicitar, pero si la explicitación que se logra se ajusta en parte a la significación implícita es que ha conseguido representarla.

El sentimiento corporalmente implícito es preconceptual, solamente cuando ocurre la interacción de este sentimiento con los símbolos verbales se está llevando adelante el proceso, se está formando el significado explícito. Los significados implícitos son incompletos y la terminación simbólica o el llevar adelante es el proceso corporalmente sentido de significación.

Aun cuando un significado se explicita, cuando decimos exactamente lo que queremos decir, con el significado sentido hemos contenido siempre mucho más de significado implícito de lo que hemos hecho explícito. Cuando hemos definido las palabras que hemos usado correctamente, o cuando hemos elaborado lo que hemos querido decir, nos damos cuenta de que el significado sentido que empleamos siempre contiene una cantidad extraordinaria de significados implícitamente, siempre muchos más que aquellos que eran centrales a lo que hemos hecho explícito.

Los símbolos verbales serán solo ruidos si no son corporalmente sentidos. De hecho empleamos símbolos explícitos meramente para porciones muy pequeñas de lo que pensamos. La mayor parte de contenido de un discurso lo tenemos en forma de significado sentido. Cuando los significados sentidos tienen lugar en interacción con los símbolos verbales y sentimos lo que dichos símbolos significan, denominamos a tales símbolos como «explícitos» o «explícitamente conocidos». Por el contrario, muy a menudo tenemos significados sentidos justamente fuera de la simbolización verbal.

²⁰ E. GENDLIN, «Beyond Postmodernism: From concepts to experience», en R. FRIE (ed.), *Understanding Experience: Psychotherapy and Postmodernism*, Routledge, 2003, pp. 100-115.

Tenemos una percepción, o alguna palabra todavía imprecisa, pero tenemos la certeza de que contiene algún significado importante. Cuando éste es el caso, denominamos al significado como «implícito» o «implícitamente sentido», pero sin conocerse explícitamente todavía. Cuaquier cosa que se denomine «implícita» se siente en la conciencia.

Un individuo puede simbolizar simplemente aquellos aspectos que funcionan implícitamente en un proceso experiencial en marcha. Los contenidos están incompletos hasta que algunos símbolos llevan adelante el proceso. Llevar adelante el proceso significa que los símbolos o sucesos interactúan con aspectos que funcionan implícitamente. Pueden existir aspectos congelados, que no funcionan y, por consiguiente, no pueden ser evocados ni referidos directamente. Pero cuando ciertos aspectos del *experiencing* que funcionan implícitamente son llevados adelante por símbolos, el proceso experiencial resultante implica otros aspectos congelados a veces muy nuevos que se reconstituyen y llegan a estar en proceso también y funcionar implícitamente. Así, existe una jerarquía de aspectos que se van simbolizando que conduce al funcionamiento implícito de más y más aspectos que estaban detenidos. Este proceso es de autopropulsión. Solamente si la persona siente corporalmente como exacta una evocación ésta será el símbolo adecuado que ponga en marcha el proceso.

La experiencia funciona en la formación de significados de orden lógico. Si la experiencia se infiere a lo directamente sentido, a la corriente de sentimientos que tenemos en cada momento entonces juega un papel importante en la conducta y en la formación de significados. Este significado se forma en la interacción del experimentar con algo que funciona como símbolo. Cuando los significados simbolizados interaccionan con el experimentar, cambian. Y cuando empleamos símbolos para atender al significado sentido, éste cambia.

Es interesante observar como, en términos filosóficos, la naturaleza del significado implícito y del significado explícito difiere. Se puede realizar un relato verbal expresando exactamente lo que se quiere decir; y sin embargo, sentir que el significado es algo distinto a las palabras usadas. Un significado sentido (*felt meaning*) puede abarcar una gran variedad de significados y puede construirse prácticamente sin límites. De esta manera, el significado sentido no es análogo a un significado explícito preciso y simbolizado en palabras.

Dentro del experimentar yace el dato interno (el significado implícito) de lo que uno tiene que decir. Cuando manifestamos algo buscamos con nuestra atención enfocada interiormente ese algo concreto, ese sentimiento o sensación de lo que queremos decir y con la palabra lo expresamos. Una característica de este proceso es que cualquier dato del mismo puede

ser simbolizado más y más, de forma que nos puede guiar a muchas más simbolizaciones y podemos sintetizar una infinidad de significados. Por ello podemos decir que el lenguaje es también un sistema implícito:

El lenguaje es otro tipo de organización implícita. Los varios cientos de miles de palabras de un idioma son fijas, pero cada una tiene un gran número de usos diferentes. Esos ocurren en frases y oraciones con otras palabras. Tenemos los usos de forma implícita y cada uso puede implicar una nueva palabra. Cuando estamos a punto de decir algo todavía no tenemos las palabras, tenemos lo que queremos decir implícitamente. A menos que hayamos preparado las palabras con antelación, viene en la medida en que vamos hablando. Hablamos directamente de lo que queremos decir. Las palabras vienen arregladas gramaticalmente y, por lo general, dicen más o menos lo que queríamos²¹.

7. LA INTERACCIÓN ENTRE EL SÍMBOLO Y LA EXPERIENCIA: CARRYING FORWARD

Simbolizar no es una mera representación de lo que se experimenta, sino que es en sí misma otra experiencia
(Eugene Gendlin)

Si el significado corporalmente implícito es preconceptual, solamente cuando se produce una interacción entre éste y los símbolos verbales deviene un proceso que está llevando adelante la formación del significado explícito. Así, explicitar, será llevar adelante (*carrying forward*) un proceso que es sentido corporalmente. Eso no quiere decir que exista una ecuación entre los significados implícitos y su explicitación, sino una interacción entre el experimentar sentido y los símbolos.

El significado implícito va interactuando con los símbolos y lleva adelante un proceso de significación explícita que es orientado por el *experiencing*. El mini proceso interno que facilita esta simbolización de un significado implícito apuntado por el referente directo del *experiencing* es el denominado «focalizar»²².

Para Gendlin, los significados se forman y se desarrollan a través de una interacción entre el experimentar y los símbolos. Y es la cualidad sentida del

²¹ E. GENDLIN, «The derivation of space», en A. CRUZ-PIERRE & D. A. LANDES (eds.), *Exploring the work of Edward S. Casey: Giving voice to place, memory, and imagination*. Bloomsbury Academic. 2013.

²² El descubrimiento, por parte de Gendlin, de este micro proceso, originó su técnica de enfoque corporal, más conocida como *focusing*.

símbolo que nos dice si es certero o no. Este interaccionar entre el símbolo y el *experiencing* produce, cuando el símbolo es certero, una sensación de alivio, de certeza, de encajar, que es corporalmente sentida. Eso quiere decir que el símbolo no es meramente lógico u objetivo sino que tiene que resonar con lo que ya está previamente en el organismo. Esto implica que el proceso experiencial es implícitamente significativo y que además es directamente sentido. Como consecuencia, los significados cambian constantemente por esta interacción y por tanto también el lenguaje se convierte en algo más que explicativo-evocativo, deviene transformador:

El significado implícito no equivale simplemente a las palabras a pesar de lo que entendemos al pronunciarlas. Las palabras no representan, hacen algo. Significan lo que hacen²³.

Los símbolos, en consecuencia, no son exclusivamente sucesos «acerca de», sino que engendran un nuevo paso corporal al interactuar con lo sentido y este proceso solamente es posible con el lenguaje. Este proceso consiste en un ir y venir de la sensación corporalmente sentida a la cognición y viceversa, hasta que encaja. Cuando notamos que se ajusta percibimos como algo interno se mueve y sentimos que nuestro organismo genera nuevos significados. Solamente cuando ocurre de hecho la interacción con los símbolos verbales es cuando realmente ese proceso de significación se está llevando adelante, formándose el significado explícito.

Carrying forward específicamente será este proceso que indica poner en marcha un evento de significación que cobra forma cuando el contenido implícito encuentra su derrotero con los símbolos certeros, cuando se consigue otorgar significado a la sensación sentida y cuando se deja que el significado surja de la misma sensación. Este proceso es el despliegue que configura la simbolización de lo implícito y crea significado.

Carrying forward significa entonces que los símbolos ocurren para interactuar con aspectos que ya funcionan implícitamente en un *experiencing* en marcha. A veces este *experiencing* resultante implica otros aspectos que permanecían congelados y entonces se reconstituyen. Cualquier experiencia se puede «llevar adelante» por medio de un conjunto de símbolos que se despliegan desde dentro. Cualquier fragmento de experiencia implica en sí mismo una ulterior interacción con el entorno y, cuando ésta se produce, lleva adelante el proceso hacia ese cambio peculiar que también es continuidad, porque es algo semejante a lo que ya estaba implicado.

²³ E. GENDLIN, «We can think with the implicit, as well as with fully formed concepts», en K. LEIDLMAIR (ed.), *After cognitivism: A reassessment of cognitive science and philosophy*. Springer, p. 150, 2009.

Aunque en un momento dado tengamos aspectos de nuestro experimentar inaccesibles o congelados a los que no podamos acceder, en nuestro proceso de ir explicitando lo implícito, cada vez tendremos más áreas o zonas accesibles. Cada vez que explicitamos algo el implícito cambia posibilitando que explicitemos cosas que antes no habríamos podido. En este proceso de ir explicitando se irán descongelando áreas y llegaremos a poder explicitar todos los aspectos del experimentar.

Si solo atendemos a un momento puntual del proceso habrá áreas o zonas inaccesibles o congeladas. Pero cualquier dato del experimentar puede ser simbolizado de forma que nos lleve a más simbolizaciones y éstas hacen que el proceso siga adelante. Si no se simbolizan no hay interacción y el proceso se paraliza. Implícitamente toda experiencia tiene significado, al simbolizarla se precisa y se transforma a su vez, lo que hace que el lenguaje adquiera esa función creadora y transformadora. De una experiencia extraemos un significado implícito (organísmico) que se hace explícito en forma de símbolo y que significa de manera concreta y precisa lo que está experimentando (aunque la significación implícita contenga siempre mucho más significado que la explícita-simbólica-verbal):

Si tienes una frase, siente lo que te produce. Luego deja que la sensación genere una nueva frase. Entonces siente lo que la frase te produce. Otro modo de hacerlo es buscar tentativamente sinónimos hasta encontrar el adecuado. Cuando encuentras las palabras exactas sentirás una relajación, una concentración o un cambio. Este proceso de búsqueda de las palabras adecuadas no es un proceso de etiquetamiento. Se trata de un proceso en el que uno siente la certeza y la adecuación de una frase durante unos segundos, se disfruta de la sensación de relajación que trae esta certeza o adecuación y de inmediato uno tendrá una sensación ligeramente alterada que puede producir palabras nuevas²⁴.

Este proceso de simbolización avanza a través de nuevas experiencias. Nuestra experiencia sentida, ya vivida, real, en el momento presente, se enriquece cuando conecta directamente con algún símbolo externo con un significado concreto para dicha «parte de experiencia», «aumentando», enriqueciendo la experiencia global con un nuevo significado, con un nuevo contenido. Ese nuevo «contenido de experiencia» es una nueva unidad de símbolo que podrá acceder a nuevas experiencias y nuevos símbolos para seguir avanzando y permanecer en movimiento, en continuo desarrollo. Así, para Gendlin un contenido de experiencia consiste en una unidad simbolizada que se produce cuando un símbolo significa la parte de esta experiencia.

²⁴ E. GENDLIN, «La toma de decisiones», en C. ALEMANY, *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer, 1997, p.141.

8. LA ACCIÓN DEL LENGUAJE

Debemos avanzar algunos pasos más, antes que podamos pensar acerca del lenguaje. No podemos aún entender por completo lo que se ha desarrollado hasta ahora
(Eugene Gendlin)

Gendlin como filósofo no se preocupa de nuestra esencia sino del modo en que existimos y de cómo actuamos. La naturaleza fundamental de la humanidad es la capacidad de creación simbólica. Necesitamos saber cómo construimos significados de manera no consciente sin utilizar las funciones que nos otorgaba una mirada tradicional de la teoría del conocimiento. Gendlin se plantea cómo simbolizamos sin pensar y nos habla de una simbolización desde lo implícito, desde el cuerpo.

Para Gendlin la creación del significado no es una operación exclusivamente mental sino que es una versión del cuerpo mediante su interacción. La interacción es el mecanismo de la autopropulsión en nuestra capacidad de construir lenguaje. Si el lenguaje es un sistema de signos quiere decir que su acción consiste en *simbolizar*, de esta manera podemos reflexionar sobre cómo es el simbolizar característico de lo humano.

Hay algunos comportamientos animales que se parecen al simbolizar humano. Son aquellos fenómenos denominados «gestualidad animal» que nos sugieren la idea de que nuestro lenguaje es algo añadido a la evolución del proceso de vida animal. Los animales superiores, y especialmente los sociables, parecen tener un rol funcional por la manera de mostrar sus cuerpos y emitir sonidos. Según lo hagan tiene lugar un comportamiento u otro distinto, por ello denominamos a estos comportamientos «gestos» o «rituales». Estos gestos animales son similares a nuestro simbolizar en la medida en que estas conductas animales significan mucho más de lo que son en sí mismas, por ejemplo cuando una mamá chimpancé ordena los brazos y cuida las piernas de su bebé con polio. No obstante, estas conductas animales no constituyen un «significante» desde el punto de vista lingüístico. Aunque, si bien no son símbolos convencionales, existe una relación corporal característica e inherente entre la apariencia corporal y el contexto de comportamiento que representan. En realidad estos gestos animales son parte de secuencias de comportamiento. Podríamos decir que estas conductas animales son símbolos, pero no son símbolos convencionales que se usan arbitrariamente, sino que existe una relación inherente entre el gesto y el comportamiento que representan.

Los humanos, en parte, también hacemos este tipo de gestos y rituales, pero hacemos algo más. Nuestros símbolos alteran una situación con

grandes consecuencias, por ejemplo cuando firmamos una hipoteca. Los humanos vivimos en términos de secuencias simbólicas. Nuestros símbolos expresan y esta expresión siempre involucra algún tipo de autopropulsión y cambio. Los animales, por el contrario, no se expresan entre ellos sino que se comportan entre ellos, lo que les autopropulsa es el comportarse, no el expresarse. El comportarse y el expresarse no está todavía diferenciado entre los animales, no son todavía niveles diferentes.

La expresión siempre involucra la autopropulsión. No podemos llamar una «expresión» desde un punto de vista externo solamente. Los animales no se expresan entre ellos. Lo que sí los autopropulsa es que se comportan entre ellos²⁵.

Los animales hacen cosas, nidos, colmenas etc. Pero los humanos elaboramos modelos de cosas que implican una reelaboración. Un modelo es simbólico, podemos construir pautas de acción y previsión y esta capacidad es la nueva dimensión de lo humano en un proceso evolutivo de autopropulsión. Esta capacidad consiste en poder simbolizar la experiencia. El simbolizar crea un nuevo mundo y esta capacidad nos permite percibir que los símbolos habilitan la autoconciencia. Nos sentimos a nosotros mismos al sentir de qué se trata algo. Si lo que funciona implícitamente en una persona se simboliza y hace que aparezca como un proceso autopropulsado, entonces otros aspectos que ni siquiera eran implícitos, se reconstituyen y llegan a estar disponibles para expresarse.

El gesto y los simples movimientos de gestos versionan, vivencian, sienten el contexto de comportamiento pero no necesariamente lo cambian. Precisamos, en opinión de Gendlin, un nuevo concepto que es el de la *acción*.

El hacer es una actividad visible. La acción es un cambio autopropulsado en un contexto y en función de la acción se autopropulsan comportamientos diferentes. Puedo derribar el árbol del jardín de alguien ausente como acción, pero lo que se implica es diferente si ese derribo fue hecho porque la persona lo pidió o si la persona deseaba evitar la caída del árbol. La acción cambia la relación con la otra persona.

Los contextos son contextos de interacciones. La gente vive y actúa en situaciones, en contextos de interacciones. Las situaciones no son hechos externos solamente, sino contextos de interacciones con los otros, lo cual determina cómo se definen estos hechos. Lo que son nuestras interacciones involucran nuestra propia autopropulsión así como la de los demás; y todo esto se da en la secuencia de interacción en marcha. Para Gendlin la interacción simbólica constituye en realidad el origen del lenguaje, el instrumento de la interacción.

²⁵ E. GENDLIN, *Un modelo procesal. Parafraseando a E. Gendlin*. (Traducción de E. Riveros), Ecuador: Instituto Ecuatoriano de Focusing, 2009, p.143.

Los animales gesticulan, la gente simboliza. Es bien sabido que en alguna etapa, en el desarrollo del lenguaje, tenía que haber un cambio de expresiones corporales directas a señales de un tipo que no son directamente expresivas, unas señales que como signos no son ya semejantes a lo que están significando. A este tipo de signos arbitrarios los lingüistas los denominan «convencionales» para diferenciarlos de la simple gesticulación. Pero la palabra «convencional» alude a una reunión de personas, convenidas por propósitos de adoptar algún tipo de acuerdo que llamamos una «convención». Por supuesto, todos sabemos que así no es cómo surgieron los signos del lenguaje. Cuando usamos la palabra «convencional» para definir los símbolos del lenguaje, nos referimos a no-icónico o no-onomatopéyico.

Eugene Gendlin se pregunta entonces: ¿Cómo se pueden formar señales como éstas, si no hay una relación inherente entre el signo y lo que significan?

La dificultad ha sido que los signos han sido concebidos como si fueran unidades. Uno tiende a pensar que los signos se relacionan como expresiones directas para la situación en que se usan. Pero estas relaciones son mucho más complejas.

El sistema del lenguaje sugiere que sus unidades (los signos) se instauran como un sistema, es decir, se forman en y con sus complejas relaciones internas. Estas relaciones entre signos se establecen como un evento único de significación y tienen lugar no tanto a partir de las acciones de la gente como de sus *interacciones*, la acción es más bien de las relaciones entre las personas. Gendlin está formulando cómo el lenguaje se desarrolla de una forma corporal. El lenguaje no es algo injertado en el cuerpo. Los rudimentos del lenguaje y la cultura se forman juntos, y cada palabra o frase, cuando es usada, cambia la situación de alguna manera.

Quando el lenguaje es usado, cada palabra y frase autopropulsa a su propio contexto universal sin importar el contexto en el que se encuentre. Las palabras tienen su propio significado, para que podamos decir lo que es, bastante aparte de una situación particular²⁶.

Seguramente las primeras palabras eran unidades silábicas. Pero las palabras se forman en un contexto de interacción y a medida que interaccionamos surgieron nuevas palabras. Así que hay dos sistemas interrelacionados: el sistema de las palabras y el sistema de nuestras situaciones vividas, de nuestras interacciones. O mejor dicho aún, el sistema de palabras interrelacionadas y el sistema de situaciones interrelacionadas e interacciones acontecen, en una manera básica, como un solo sistema.

²⁶ *Op. cit.*, p. 187.

Cuando la gente habla no selecciona muchas palabras como si buscara en una carpeta. Las palabras nos surgen, salen. Cada unidad de palabra es implícitamente un gran sistema de secuencias mutuamente implicantes, al igual que son su propia ocurrencia, la propia autopropulsión de su propio contexto. Sonidos y contextos se implican mutuamente y son implícitos como los contextos que la palabra reconstituye. La palabra, entonces, se forma en exclusiva en contextos de interacción, además, únicamente en relación a las otras palabras y solo en ciertos lugares, en una secuencia.

Por eso no hay misterio en cómo la gente habla sin saber las reglas de la sintaxis. Igual que la gente se sienta en una silla sin caerse aunque no sepa nada de anatomía o de física. Las reglas lingüísticas que explicitamos son un producto posterior. De alguna manera podríamos decir que la cultura de la sintaxis es innata, cómo también lo es mucho el comportamiento y la interacción. Por supuesto lo innato no son las reglas que los lingüistas formulan. Es el cuerpo en el cual se heredan, pero no solo el cuerpo físico, sino también su funcionamiento. Heredamos no solamente los pulmones, sino cómo respiramos, y no solo el estómago, sino cómo digerimos. Eso también se aplica a lo que aprendemos. Nada se puede aprender sino mediante un organismo, el que ya tiene el tipo de estructura que hace posible aprenderlo.

El desarrollo del lenguaje y la cultura es el desarrollo de lo humano, del modo en que el cuerpo humano difiere de otros cuerpos vivientes. No es netamente una cuestión de cerebro sino de todo el cuerpo en el que funciona el cerebro, el sistema entero de acción e interacción que ese cuerpo implica.

La razón por la que los lingüistas forman reglas es porque el uso del lenguaje es creativo. Estas reglas no son propiamente acerca del orden y la combinación. Cada palabra implica qué otras palabras pueden seguirle, también en términos de contextos de significados, no sencillamente en términos de orden secuencial.

Por supuesto que el lenguaje continúa cambiando. Pero curiosamente no va tomando nuevos sonidos. La formación del sonido cesó muy tempranamente. Una vez que el lenguaje se ha formado es impresionantemente conservador. Una variedad infinita de sonidos son posibles y que no son lenguaje, pero estos sonidos ya no se toman para agregarlos al lenguaje. En un punto crítico el *stock* de sonidos lingüísticamente usados se cerró.

Un sonido justo después de otro tiene un efecto completamente distinto que si viniese después de uno diferente. Pero el significado no es precisamente el efecto del sonido, no es la calidad de sonido sino el *re-conocimiento*.

Los contextos de interacción se desarrollaron, y continúan desarrollándose, con el lenguaje. Debido a la sutileza del lenguaje es que nuestras situaciones son tan variadas y finalmente estructuradas. En definitiva, la cultura

es el hacer patrones de situaciones y esto de hacer patrones es fundamentalmente lingüístico.

Desde el proceso de autopropulsión el lenguaje debe entenderse como parte del sistema de situaciones culturalmente estructuradas, que también significan roles e identidades humanas, y también significa vivir e interactuar.

En este sentido, para Gendlin, el lenguaje es implícito también porque está implícito en nuestro vivir, en nuestros cuerpos y en nuestras interacciones. Siendo implícito, cuando ponemos un sentimiento en palabras, no es la primera vez en que se produce el encuentro entre esas palabras y ese sentimiento.

Desde la conexión inherente entre el lenguaje y la estructura situacional podemos entender cómo es posible que podamos articular en el lenguaje aquello que sentimos. Lo que sentimos es de interacción, tiene que ver con nuestro vivir-en-situaciones-con-otros. Podemos encontrar palabras para decir qué sentimos, porque los sentimientos, las situaciones de interacción y el lenguaje son un solo sistema. Esto es así aún cuando tengamos que vislumbrar nuevas frases y metáforas.

9. CONCLUSIÓN

Lo que a menudo muestra el método de formación de conceptos respecto a la relación de conceptos y experiencia es mucho más importante de la manera en que he formulado esta relación
(Eugene Gendlin)

Gendlin nos ha prevenido que el significado no es solamente una estructura lógica acerca de eventos sino que implica una vivencia sentida y que en las operaciones cognitivas tiene lugar una dimensión experiencial directamente sentida.

Nuestra experiencia inabarcable consigue significarse mediante la imagen lingüística que surge y refiere a nuestra manera de estar en el mundo. La interacción entre esta significación simbolizada en la imagen lingüística y la propia experiencia corporalmente sentida nos produce un cambio corporal, un avance en el proceso de experimentar y un despliegue en el proceso de creación de nuevos significados. Estos avances consisten en nuevos pasos que nos proyectan hacia nuevas acciones y nuevos significados.

Todo concepto es significativo solo en la medida que algún tipo de evento lingüístico interactúa con el experimentar sentido, porque los significados se forman a través de la interacción entre el *experiencing* y los símbolos.

Por ello, Eugene Gendlin, ha sido capaz de formular un nuevo modelo de filosofía del lenguaje. En el modelo tradicional la experiencia era construida como un esquema lógico que tenía la función de organizar las percepciones sensoriales o como un constructo que intervenía para relacionar las observaciones comportamentales, incluso predecirlas.

En el nuevo modelo, además de los esquemas lógicos, existe una poderosa dimensión sentida de la experiencia que es pre-lógica y Gendlin ha sido hábil para discernir sobre las relaciones entre esta dimensión y la formación de significados, y nos ha aportado un nuevo camino en la comprensión de los mecanismos que nos permiten sentir, pensar y expresarnos.

Nos queda agradecersele y continuar investigando.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALEMANY, C. (1997), *Psicoterapia experiencial y focusing*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- CRUZ-PIERRE, A. & LANDES, D. A. (eds.) (2013), *Exploring the work of Edward S. Casey: Giving voice to place, memory, and imagination*. Bloomsbury Academic.
- FRIE, R. (ed.) (2003), *Understanding Experience: Psychotherapy and Postmodernism*, Routledge.
- GENDLIN, E. (1950), *Wilhelm Dilthey and the problem of comprehending human significance in the science of man*. University of Chicago, Department of Philosophy, trabajo no publicado, 1950.
- (1957), «A descriptive introduction to experiencing». *Counseling Center Discussion Papers*, 3(25). Chicago: University of Chicago Library.
- (1958), «The function of experiencing II. Two issues: Interpretation in therapy; Focus on the present». *Counseling Center Discussion Papers*, 4(3), Chicago: University of Chicago Library.
- (1958), *The function of experiencing in symbolization*, University of Chicago, Department of Philosophy, trabajo no publicado, 1958.
- (1959), «The concept of congruence reformulated in terms of experiencing». *Counseling Center Discussion Papers*, 5(12), Chicago: University of Chicago Library.
- (1961), «Experiencing: A variable in the process of therapeutic change». *American Journal of Psychotherapy*, 15(2).
- (1962), *Experiencing and the Creation of Meaning*, New York: Macmillan.
- (1997), «El entramado y la profundización: algunos términos relativos a la línea divisoria entre la comprensión natural y la formulación lógica», en ALEMANY, C., *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer.
- (1997), «Cuerpo, lenguaje y situaciones», en ALEMANY, C., *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer.
- (1997), «Las palabras pueden decir cómo funcionan», en ALEMANY, C., *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer.

- (1997), «La significatividad del significado sentido (felt meaning)», en ALEMANY, C., *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer.
 - (1997), «La toma de decisiones», en ALEMANY, C., *Psicoterapia experiencial y focusing*, Bilbao: Desclée De Brouwer.
 - (1997), «What Happens When Wittgenstein Asks “What Happens When ...?”», en *The Philosophical Forum*, Volume XXVIII. No. 3, Winter-Spring.
 - (1999), *El focusing en psicoterapia. Manual del método experiencial*, Barcelona: Paidós.
 - (2003), «Beyond Postmodernism: From concepts to experience», en FRIE, R. (ed.), *Understanding Experience: Psychotherapy and Postmodernism*, Routledge.
 - (2009), «We can think with the implicit, as well as with fully formed concepts», en LEIDLMAIR, K. (ed.), *After cognitivism: A reassessment of cognitive science and philosophy*. Springer.
 - (2009), *Un modelo procesal. Parafraseando a E. Gendlin* (Traducción de E. Riveiros), Ecuador: Instituto Ecuatoriano de Focusing.
 - (2013), «The derivation of space», en CRUZ-PIERRE, A. & LANDES, D.A. (eds.), *Exploring the work of Edward S. Casey: Giving voice to place, memory, and imagination*. Bloomsbury Academic.
- GENDLIN, E. & ZIMRING, F. (1955), «The qualities or dimensions of experiencing and their change». *Counseling Center Discussion Paper*, 1(3), Chicago: University of Chicago Library.
- LEIDLMAIR, K. (ed.) (2009), *After cognitivism: A reassessment of cognitive science and philosophy*. Springer.
- LEVIN, D. (ed.) (1997), *Language beyond Postmodernism. Saying and Thinking in Gendlin's Philosophy*, Evanston, Illinois: Northwestern University Press.
- WITTGENSTEIN, L. (1998), *Investigaciones filosóficas*, Barcelona: Crítica.
- (1993), *Tractatus logico-philosophicus*, Madrid: Alianza Editorial.