

## CONCIENCIA de LIBERTAD<sup>a</sup>

Eduardo Mas Colombo\*

*El presente artículo transita por la construcción de la conciencia de sí mismo. Construcción a partir de la identidad del yo corporal, psíquico y social y se adentra al sentido de la existencia humana desde la conciencia de libertad. Abre caminos a planteos de responsabilidad y compromiso en la tarea psicoterapéutica y considera a ésta como pleno ejercicio de libertad y creatividad*

Según Henri Ey ser consciente es conocer acerca de sí mismo y del mundo. Este conocer acerca de uno mismo, diferenciado de los otros, sólo pueda darse en tanto siendo con otros. En un primer momento este siendo se reduce a ir siendo con la madre. El hombre es la criatura viviente más indefensa, y como tal, necesitará mucho tiempo del cuidado de otro, principalmente de su madre.

Para poder hablar de mismidad tenemos que referirnos a las columnas vertebrales que la sustentará: *la identidad del yo corporal, la identidad del yo psíquico y la identidad del yo social.*

Freud en su artículo: "el Yo y el Ello" propone que el yo ante todo es un yo perceptivo y un yo motor. Este yo perceptivo y motor, son los constituyentes del yo corporal. La posibilidad de vivenciar nuestro cuerpo como propio está dada fisiológicamente en la integración de las gnosias. En tanto cuerpo que somos, éste se convierte en mediatizador afectivo y vehículo de nuestras primeras transacciones emocionales.

Este cuerpo desplegado en el mundo permite la estructuración de un yo psíquico. La identidad del yo psíquico, conjuntamente y al mismo tiempo que la identidad del yo corporal, nos muestra la identidad del yo social. El mundo está ahí, antes que nosotros mismos. Este mundo construido por la humanidad, debe también ser nuestro. El lenguaje, en el plano social, será el

mediatizador como lo es el cuerpo en la privacidad, de esa posibilidad.

Lo real del cuerpo, lo imaginario de la psique y lo simbólico del pensamiento y del lenguaje como síntesis de lo mental, nos dan la unicidad que nos permite decir "yo".

En esta dinámica entre la identidad del yo corporal, psíquico y social, se construyen la conciencia de sí mismo.

El yo corporal se construye en un espacio, y a su vez, en dialéctica permanente con los otros, construye la *conciencia de espacialidad*. El cuerpo, es el eje del atrás, delante, arriba, abajo. Sin embargo, el espacio es más que el espacio métrico, no es ancho ni estrecho por lo que mide, sino por el cómo lo vivenciamos. El espacio adquiere sentido en tanto espacio temporalizado en la existencia.

En cuadros maníacos el espacio se agranda, en tanto que la tristeza y la melancolía lo achica. La angustia se siente en el cuerpo como estrechez del campo vivencial, la angustia limita al punto que, este yo corporal lo demuestra desde su lenguaje postural. En las claustrofobias el espacio cerrado es el que angustia, mientras que en las agarofobias son los espacios abiertos lo temidos.

El achicamiento de las posibilidades se manifiesta en el espacio corporal. Las alteraciones de la espacialidad al nivel de amplitud y estabilidad quedan supeditadas a las situaciones afectivas, emocionales de cada hombre. El espacio topológico deja de ser puramente métrico para ser

---

<sup>a</sup> Publicado en Revista AACIP 2:1, marzo 2001, p.6

espacio vivenciado desde el yo psíquico.

La relación de lo métrico y lo vivencial conjugan un espacio particular que clínicamente se traduce como “lugar” y lo podemos referir a la conciencia de un espacio en relación con el yo social. El hombre, constantemente busca lugares a partir de su proceso evolutivo. El ser está en una búsqueda constante de lugares: un lugar en la familia, un lugar en un grupo, un lugar en la sociedad, *un lugar*. Esta necesidad motivadora dinámica, le lleva a replantearse continuamente los lugares que ocupa y los que va necesitando ocupar. La no-concreción o pérdida de ese lugar lo remite a un solo lugar, al lugar de la angustia. El hombre entonces responde como un todo. La angustia lo lleva a retrotraerse en el espacio vivencial con un cuerpo que expresa lo que la palabra silencia. Se ha perdido el lugar o no se la logrado, es la significación de una existencia frustrada que se plasma en lo social.

Así como el espacio hace a la construcción del yo corporal, el tiempo permite la construcción del yo psíquico. La temporalidad de la existencia es más que tiempo cronológico, es tiempo biofísico vivencial y tiempo simbólico.

El tiempo biofísico concuerda con los ritmos biológicos y con los ritmos propios de la naturaleza (verano-invierno, mañana- tarde- noche). Es un tiempo que incluso modifica los estados emocionales y hace que se vivencie el tiempo psíquico de una manera singular. Son conocidas las depresiones estacionales, en las que el paciente repite en la misma época del año, por ejemplo sus estados melancólicos. Es un tiempo que remite al tiempo del yo corporal.

El tiempo psíquico, es la vivencia de ese tiempo físico. Así como el tiempo físico es el modo que cada uno tiene para situarse en el mundo, el tiempo psíquico es el que vivenciamos. Es el tono singular de la vivencia del tiempo. Es el tiempo que posibilita el proyecto hacia el

futuro teniendo en cuenta la historia de cada hombre. Es el tiempo que posibilita el proyecto hacia el futuro, hacia el mañana. Teniendo en cuenta el hoy, el presente sin dejar de mirar el ayer, la historia de cada uno de nosotros.

Pero el hombre, reunido con otros, ha convenido tiempos, tiempo de trabajo, tiempos que son medidos por el cronos, que se basan en los ritmos naturales, pero que encierran en sí mismo la forma de lo convencional y lo simbólico: el reloj, el calendario, etc. Pero también en este tiempo, está inmerso el tiempo social, el tiempo que nos marca el vivir en tal o cual ciudad, en tal o cual país, condicionados por la idiosincrasia de cada región, de cada religión o de cada cultura, de la exigencias de un mundo que marca sus tiempos.

Pensar el presente separado del futuro o del pasado, es como pensar la existencia disociada, con bruscas y abruptas desestructuraciones. El tiempo físico, psíquico y simbólico no pueden ser más uno y sólo uno, en la continuidad de la existencia y “al mismo tiempo que”. A veces rige al hombre el tiempo del cuerpo, otras el tiempo de la psique, y otras tantas el tiempo de lo social.

Es de suma importancia que el hombre pueda evocar su pasado, porque es el referente de su historia, de su ayer y es donde encuentra el “*por qué*”. Él por qué de su historicidad, que se presentifica y que adquiere valor en el *ahora* de su proyecto existencial. La actualización de lo vivido, es la puerta de proyección de su futuro. *Es en este “ahora” del tiempo vivencial que la libertad ejerce en la “elección” la vocación humana.* En la temporalidad de la existencia, anida la *conciencia de libertad*, como posibilidad de elegir a partir de lo que quiere, puede y debe. En el tiempo de la existencia y solo siendo “consiente” de nuestra finitud, de nuestra no-inmortalidad, de donde surge el hambre de la libertad. Esta libertad que nos da la libertad de elegir a partir de lo que se quiere, puede y de lo que se debe.

El hombre pone en juego dinámico, constantemente sus deseos y necesidades, las que se enfrentan a modo de tesis y antítesis, con sus posibilidades y sus obligaciones.

Esta conciencia de mismidad queda coagulada en los cuadros psicopatológicos. De qué manera? Existencia frustrada que se muestra como la desestructuración (psicosis) mediante los delirios, las alucinaciones, como restituciones de esa conciencia; la ausencia de estructuración (psicopatías) y la desorganización parcial (neurosis) de la conciencia en tanto no concuerda en su justa medida lo que quiere, puede y debe.

En la clínica psicofisiopatológica, se observa como estas desorganizaciones y desestructuraciones se manifiestan, algunas con clara *conciencia de síntoma* en la primera, y sin conciencia de síntoma en la segunda. La desestructuración que se da en las psicosis es una nueva forma de disponer del mundo. El hombre desestructurado vuelve a estructurarse de una manera singular y personal.

La *conciencia de síntoma* es una racionalización del sentir displacentero, doloroso y sufriente por parte del que padece. Es una manifestación de lo vivenciado, en forma subjetiva de un estado patológico. Los síntomas son descriptos por el paciente más que por el examinador. Ese hombre habla por su síntoma y de su síntoma. Nos dice acerca de lo que "sabe", de lo que "siente". El síntoma remite siempre al saber de lo inconsciente.

Para poder decir que una persona tiene *conciencia de enfermedad*, tendría que conocer la etiología de lo que le aqueja. Así como la enfermedad es con clara etiología, el síndrome es un conjunto de signos y síntomas. Los signos son la manifestación objetiva, observable de un estado patológico. Son los signos los descriptos por el profesional y los

síntomas, los relatados por el paciente.

El hombre en su enfermar, pierde su libertad. Para analizar la conciencia de libertad debemos tener presente que el hombre es una unidad biopsicosocial indisoluble, responsable de sí mismo y creador de su propio destino. El hombre tiene en potencia la posibilidad de elegir, la posibilidad de elegir pero al mismo tiempo está condenado por su propia humanidad a tener siempre que elegir. El hombre siempre tiene que elegir; la posibilidad de elección no es ajena a lo fáctico que lo condiciona. Es en este juego dialéctico que encuentra el motivo de su existencia, existencia entendida como búsqueda.

La libertad es fundacional en tanto dadora de sentido. El sentido se refiere a la totalidad de la vida psíquica y no únicamente a algunos aspectos mas o menos estructurados. A través del sentido de un acto decisivo se prefigura el futuro y se configura todo el pasado. Nos estamos refiriendo pues, a un acto que dé sentido a la totalidad de la existencia, un acto que, en tanto decide el proyecto, es un acto libre.

Aclaremos que el proyecto es la imagen de la totalidad vital a la cual el hombre se refiere en cada momento de su existencia. Es decir que el hombre prerreflexivamente tiende a ser coherente con su sentido existencial, cada paso que dé se orienta hacia una misma dirección.

Si bien se puede decir que la motivación está condicionada por lo tendencial, el sentido no está determinado por el proyecto, pues él es una creación que puede ser cambiada en tanto se pueda plantear dentro de un marco de posibilidad y de nuevos proyectos.

El proyecto solo puede ser leído de una sola manera. El proyecto es "vita". El proyecto es lo que nos da la única realidad: el existir. El proyecto nos enfrenta a nuevas necesidades, a nuestros deseos, pero también a nuestros condicionamientos, los cuales debemos superar como única posibilidad de ser libre. No se puede

entender la libertad atada a determinismos, ni al deseo del otro. La libertad es nuestro deseo más el respeto del deseo del otro. Cuan difícil es ser libre cuanto nuestro yo está rodeado como finas capas de cebolla una tras otra superpuestas, de condicionamientos y determinismos. Cuan difícil se hace el camino de la búsqueda de la libertad. Cómo concientizarla? Si primero no la pudimos ni pensar, ni imaginar, ni enfrentar a los deseos del otro.

Si bien nuestra conducta debería ser libre como resultado entre lo fáctico y lo posible, ésta puede rigidizarse y estructurarse patológicamente, dando como resultado elecciones neuróticas que lejos están de ser libres proyectos existenciales de crecimiento.

La evasión de la libertad y por ende de la responsabilidad coarta la creatividad. De tal modo, cuando creamos, nos estamos haciendo cargo de nuestra obra y por lo tanto nos estamos comprometiendo.

¿Cómo podrías leerse esto desde el rol del psicoterapeuta con respecto a la libertad del paciente? Indudablemente e indefectiblemente nos lleva a preguntarnos por la libertad del terapeuta. Abordar las distintas posturas psicoterapéuticas a través de sus puntos divergentes sería un absurdo pues en vez de acercarnos a una visión unificadora nos llevarías a parcialismos sectarios. Debemos buscar pues el lugar común donde confluyen dichas posiciones. Tal punto de convergencia es a nuestro juicio la meta de la labor psicoterapéutica. Consideramos que toda psicoterapia sea de la escuela que fuere, tiene como fin último la relación armónica del hombre consigo mismo y con los otros con los que vive. Tendiendo a tal meta se andarán diversos caminos los que serán transitados de diversos modos. Consideramos oportuno al habernos planteado por la libertad y por la libre elección, preguntarnos ahora por la libertad de la que hace ejercicio el propio psicólogo en la elección de su modalidad terapéutica, es importante

que tengamos en cuenta que sólo puede elegir libremente cuando se conocen las distintas posibilidades que se presentan. Para desechar algo debemos conocerlo profundamente pues de otro modo nos manejamos con prejuicios y somos en cierta medida esclavos de nuestra ignorancia.

Al hablar de compromiso terapéutico llegamos a un concepto muy usado que corre el riesgo de transformarse en una expresión hueca sin significado real pero que de todos modos suena bien. Convengamos en que sólo hay compromiso cuando uno se responsabiliza de sus actos, cosa que sólo es posible cuando se actúa libremente. Mal podemos pretender que un paciente llegue a vivir haciéndose cargo de su libertad, cuando es el mismo terapeuta que se “ampara” en marcos teóricos rígidos usando un enfoque cerrado y prejuicioso. Composturas deterministas cierran la puerta a otras posibilidades que se pueden presentar y que son vividas como una amenaza a la prolija estructura prefabricada a la cual se atienen ciegamente.

Cuando el terapeuta sigue inflexiblemente un postulado teórico está depositando su propia responsabilidad en la teoría misma. El marco teórico se convierte de tal modo en una especie de “auxiliador mágico” que le protege de:

- Tener que hacerse cargo de sus equivocaciones, pues no es él que dice sino “X” en su obra “XX”. De tal modo si tomo una medida que no da resultado es “X” el que falla.
- La angustia ante la necesidad de optar, pues se ha anulado la creatividad y se hace lo que considera “X” que se “debe hacer”
- El miedo al contacto directo y comprometido con el paciente, pues entre ambos está la teoría poniendo suficiente distancia como para evitar movilizaciones personales (más allá que estas ocurran y deban ser trabajadas en los espacios que correspondan).

A esta altura no son pocos los que estarán diciendo que el marco teórico en que se apoya un psicoterapeuta no lo separa de su paciente sino que lo acerca a él. Nosotros también pensamos de ese modo, pero haciendo la salvedad que “... sólo la teoría libremente elegida y ejercida puede ser operativa y creativa. La psicoterapia es creatividad en tanto se dé en un marco de libertad...”

- Ey Henri, (1972) La conciencia. Gredos Barcelona.
- Freud, S. (1979) Obras Completas. Amorrortu. Bs.As.
- Fromm, E. (1977) El miedo a la libertad. Paidós Bs.As.
- Heidegger, M: ( 1951) El ser y el tiempo. Fondo de cultura Ecoc. México.
- Mas Colombo. ( 1999) Clínica Psicofisiopatológica Erre Eme S.A. edit. Bs.As.
- Martín Santos, L.(1975) Libertad, temporalidad y transferencia en el psicoanálisis existencial Seix Barral. Barcelona

---

\* *Dr. en Psicología. Presidente de la AACIP. Vicedecano Dto. Biología área Humanística Universidad Argentina John F. Kennedy . Prof. Titular de UAJFK. Ex docente de la UBA. Prof. de la Escuela Nacional de Inteligencia . Director del Centro de Estudios Psicológicos. Asesor y consultor en su especialidad. Vice presidente de la Asociación de escritores de la Argentina. Miembro de Sociedades Científicas Nacionales e Internacionales. Disertante en Congresos Nacionales e Internacionales . Autor de libros y artículos.*