

EL CUIDADO DE SÍ SEGÚN PAUL RICŒUR Y LA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA

SERVANDO DAVID TRUJILLO TRUJILLO

Universidad de La Laguna

1. INTRODUCCIÓN. ANOTACIONES HISTÓRICAS SOBRE EL CUIDADO DE SÍ EN LA HERMENÉUTICA DE RICŒUR

Si bien el concepto de “sí mismo” es central en la hermenéutica de Paul Ricœur, el término *cuidado de sí* es utilizado apenas a lo largo de toda su obra. Será sólo con motivo del homenaje que le brinda a las últimas obras de Michel Foucault, por las que declara sentir una especial admiración¹, o de las investigaciones críticas dedicadas a la *Sorge* de Heidegger², que Ricœur apunta explícitamente al *cuidado de sí*, sin que por ello se diera a la tarea de aclarar este concepto: «sobre lo que Foucault entiende por “cuidado de sí”, Ricœur no dice palabra»³.

Pero más allá de que esta noción no haya sido expresamente tematizada por el pensador francés, se podría afirmar –siguiendo el esclarecedor trabajo de Johann Michel– que la antropología de Ricœur es interpretable desde la perspectiva de este concepto, “puesto

¹ Ricœur, P., *Sí mismo como otro*, Madrid, Editorial Siglo XXI, p. XII; Ricœur, P., *Crítica y convicción*, Madrid, Editorial Síntesis, 2003, p. 111. En *La hermenéutica del sujeto*, donde se recoge el curso que dedica Foucault en 1982 al “cuidado de sí”, esta noción, en primer lugar, implica “una actitud general, una manera determinada de considerar las cosas, de estar en el mundo, realizar acciones, tener relaciones con el prójimo”; en segundo lugar, supone “una manera determinada de atención, de mirada [...] a lo que piensa y lo que sucede en el pensamiento”; y en tercer lugar, designa también “una serie de acciones, acciones que uno ejerce sobre sí mismo, acciones por las cuales se hace cargo de sí mismo, se modifica, se purifica y se transforma y transfigura” (Foucault, M., *La hermenéutica del sujeto*, Madrid, Ediciones Akal, 2005, p. 26).

² Ricœur, P., *Sí mismo como otro*, cit., pp. 341-349.

³ Goetz, R., “Paul Ricoeur et Michel Foucault”, en *Le Portique, Revue de philosophie et de sciences humaines*, 13-14, 2007, p. 2.

que participa de una renovación del *cuidado* del cuidado de sí⁴. Al argumentar que esta preocupación respecto al problema del cuidado de sí impregna la obra de Ricœur, contribuyendo a dar un enfoque particular de esta cuestión, Michel alude a dos fases en las que se puede hablar de una filosofía entendida como “espiritualidad Ricœuriana”⁵. La separación de las fases viene marcada por la publicación de la obra *Sí mismo como otro*.

En una primera etapa, previa al volumen *Sí mismo como otro*, las ideas filosóficas de Ricœur sobre el cuidado de sí se nutren de tres fuentes: el existencialismo contemporáneo ateo y cristiano, el psicoanálisis de Freud y la fenomenología de Husserl y de Heidegger. Dedicaré unas líneas a mostrar cómo ha sido articulada desde estas diversas fuentes la cuestión del cuidado de sí, en una hermenéutica inicial en la que Ricœur se ocupa del cuidado de sí como preocupación por “devenir humano y adulto”, utilizando la expresión que Michel retoma de Ricœur cuando este afirma que «la tarea de esta hermenéutica es mostrar que la existencia sólo accede a la palabra, al sentido y a la reflexión procediendo a una exégesis continua de todas las significaciones que tienen lugar en el mundo de la cultura; la existencia no deviene un sí mismo –humano y adulto– más que apropiándose de ese sentido que primeramente reside “fuera”, en obras, instituciones, monumentos de cultura, donde la vida del espíritu se ha objetivado»⁶.

La primera fuente de *espiritualidad*, entendida ésta como una conquista de sí sobre la base de una desposesión originaria, se remonta a la influencia cristiana, reformulada a través de los trabajos de los existencialistas, entre otros, de Karl Jaspers y Gabriel Marcel⁷. En concreto, dos ideas claves retomadas del movimiento existencialista permiten a Ricœur el establecimiento de los vínculos con el cuidado de sí. Por un lado, el existencialismo sostiene que cada uno tiene que ser lo que aún no es y, por ello, debe ocuparse de sí mismo. La vida, a juicio del joven Ricœur cuando elabora su fenomenología de la voluntad, no puede ser concebida a la vez sino “como tarea y como

⁴ Michel, J., “El cuidado de sí y el cuidado de los otros”, en J. Michel, *Ricœur y sus contemporáneos*, Madrid, Biblioteca Nueva, 2014, p. 146.

⁵ *Ibíd.*, p. 150. Hago uso de esta expresión de Michel derivada de su lectura, de inspiración foucaultiana, de la antropología filosófica de Ricœur. Siguiendo una de las distintas definiciones aportadas por Foucault, entiendo que “la espiritualidad postula que la verdad nunca se da al sujeto con pleno derecho [...], por un mero acto de conocimiento, que esté fundado y sea legítimo porque él es el sujeto y tiene esta o aquella estructura de tal. Postula que es preciso que el sujeto se modifique, se transforme, se desplace, se convierta, en cierta medida y hasta cierto punto, en distinto de sí mismo para tener derecho a[] acceso a la verdad” (Foucault, M., *La hermenéutica del sujeto*, cit., p. 31).

⁶ Ricœur, P., *El conflicto de las interpretaciones*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica de Argentina, 2003, p. 26.

⁷ Una influencia que tendría como fruto la publicación de dos obras, *Karl Jaspers y la filosofía de la existencia* (1947) y *Gabriel Marcel y Karl Jaspers. Filosofía del misterio y filosofía de la paradoja* (1948), escritas en una etapa que podría ser calificada, en opinión de Vergara Anderson, de “pre-ricœuriana”, y que comprende desde los inicios de su producción filosófica hasta antes del comienzo de su trabajo sobre la fenomenología de la voluntad (Vergara Anderson, L., *La producción textual del pasado I: Paul Ricœur y su teoría de la historia anterior a La memoria, la historia, el olvido*, México D.F., Universidad Iberoamericana, 2004, p. 37).

problema resuelto”⁸, como el conjunto de cosas que hacemos y el conjunto de cosas que nos pasan. Por otro lado, en tanto que el sujeto existencialista se halla desposeído de su centro de existencia, tiene que preocuparse de sí y, entonces, no es un dato sino que se constituye en una conquista.

Otra fuente del *cuidado de sí* es hallada en los trabajos desarrollados por Ricœur durante los años sesenta sobre la obra de Freud, a través de los cuales se deja ver cierto tipo de *espiritualidad* freudiana. La lectura Ricœuriana de Freud está motivada, fundamentalmente, por el rechazo de la transparencia de la conciencia, que es considerada no como origen y algo ya dado desde el inicio, sino como un problema y una tarea. Puesto que la realidad del inconsciente pone en tela de juicio la autoridad de la conciencia, ésta se vuelve oscura y sospechosa, imposibilitando así cualquier acceso directo y clarividente a la misma. Por esta razón, el conocimiento verdadero acerca de lo que la conciencia es no se da al comienzo ni de manera inmediata, sino que se halla al final y surge después de un esfuerzo y una labor de búsqueda: “El *Cogito* verdadero debe ser conquistado sobre todos los falsos *Cogito* que lo enmascaran”⁹. Esta tarea de alcanzar a la conciencia verdadera, de devenir “Yo” donde estaba el “Ello”, como reza el conocido lema freudiano¹⁰, comprende dos etapas: una de *desposesión* y otra de *reapropiación*¹¹. La primera implica un camino regresivo que avanza desde la pretensión de la conciencia de ser auto-evidente hacia la fuente del significado en el deseo, requiriéndose para ello que la conciencia prescinda de federar y ser propietaria de todo significado. “Hay que perder el yo [*moi*], dice Ricœur, para reencontrar el yo propio [*je*]”¹². Esta desposesión respecto del ego narcisista o de la auto-comprensión inmediata en búsqueda de un yo auténtico es seguida por un segundo momento, que toma forma en la continua reapropiación de los significados generados a través de un largo camino de interpretación.

Desde la perspectiva freudiana analizada por Ricœur se deja ver la relación entre el conocimiento de sí y el cuidado de sí, que va a adquirir posteriormente unas connotaciones particulares en la hermenéutica del sí desarrollada en *Sí mismo como otro*. La verdad de uno mismo no es dada a través de aquello de que somos inmediatamente conscientes, de un acto reflexivo sobre el sí, sino que requiere de un trabajo que supone una pérdida de sí como fuente del significado, para luego, a través de una actividad hermenéutica vehiculada por el lenguaje, lograr una reapropiación del sí. La tarea psicoanalítica posibilita el esfuerzo del sí por devenir humano y adulto: “el precio que tiene que pagar el sujeto para acceder a una mayor verdad sobre sí mismo no es más que el trabajo de la propia cura”¹³.

⁸ Ricœur, P., *Lo voluntario y lo involuntario (II). Poder, necesidad y consentimiento*, Buenos Aires, Editorial Docencia, 1986, p. 451.

⁹ Ricœur, P., *El conflicto de las interpretaciones*, cit., p. 150.

¹⁰ *Ibíd.*, p. 113.

¹¹ Blamey, K., “From the Ego to the Self: a Philosophical Itinerary”, en L. E. Hahn (ed.), *The Philosophy of Paul Ricoeur*, Illinois, Open Court, 1995, pp. 571-604.

¹² Ricœur, P., *El conflicto de las interpretaciones*, cit., p. 113.

¹³ Michel, J., “El cuidado de sí y el cuidado de los otros”, cit., p. 149.

Finalmente, la tercera fuente de espiritualidad viene de la reapropiación llevada a cabo por Ricœur de la tradición fenomenológica. Es innegable que la fenomenología, en su variante husserliana, aboga por un modo de acceder a la verdad en el acto de adquisición de conocimiento –a través de la descripción pura de datos de la conciencia–, sin necesidad para ello de que el sujeto se ponga en tela de juicio ni genere cambios en él mismo, pero la variante hermenéutica de la fenomenología propuesta por el pensador francés rechaza toda escisión entre cuidado de sí y conocimiento de sí, pues consiste, como sostiene Michel, en «“hacer trabajar” el cuidado de sí en una empresa que se presenta inicialmente como una pura descripción de datos de la conciencia»¹⁴.

La segunda etapa de una filosofía del cuidado de sí en el itinerario intelectual de Ricœur se inaugura con la obra *Sí mismo como otro*, que, si bien mantiene aspectos comunes con la primera formulación de la espiritualidad Ricœuriana, supone además un punto de ruptura con ella al introducir de manera explícita y fundamental el cuidado del otro, de la sociedad, de las instituciones, en el centro del cuidado de sí. Y es que para Ricœur, como afirma Ángel Gabilondo, “el cuidado de sí implica un modo tal de comportamiento que otro pueda *contar* con uno”¹⁵. No en vano, el título del volumen hace referencia a la articulación de tres problemáticas, anunciadas en el prólogo, una de las cuales atañe a la figura de la alteridad: la distinción del sí reflexivo del yo inmediato, la dialéctica entre la identidad-idem (mismidad) y la identidad-ipse (ipseidad), la dialéctica del sí y del otro distinto de sí. Luego, si en la primera etapa de la antropología hermenéutica de Ricœur el cuidado de sí tenía como objetivo central el “devenir humano y adulto”, consistiendo la tarea simultáneamente en un alejamiento y en una reconquista del sí mediada por los símbolos de nuestra cultura, en la segunda etapa el cuidado de sí ya no concierne únicamente al “devenir humano y adulto”, sino a la finalidad de “tender a la vida buena con y para los otros en instituciones justas”¹⁶. La “pequeña ética”, según denomina Ricœur al conjunto de los estudios séptimo, octavo y noveno de *Sí mismo como otro*, es una invitación al cuidado de sí, que halla su completa realización en el cuidado de los otros y de las instituciones justas.

Tomando en consideración tanto la primera hermenéutica Ricœuriana, influenciada, sobre todo, por Heidegger y Freud, como la hermenéutica del sí iniciada en la obra *Tiempo y Narración*, que, como se ha visto, son etapas de una filosofía ricœuriana que

¹⁴ *Ibíd.*, p. 149. Se podría cuestionar, como lo hace Michel, que el cuidado de sí sea ajeno a la fenomenología husserliana, ya que en ella se requiere que el sujeto rompa con la actitud natural y cambie de mirada para tener acceso a la verdad. Sin embargo, pese a que esta “conversión de la mirada”, en tanto “ejercicio de lo pensado”, podría considerarse incluida dentro de “las tecnologías del sí”, Bourgoin-Castonguay rechaza esta hipótesis, pues considera que el tipo de verdad buscada por la fenomenología (idealidad, esencia) queda indexada a la *mathesis universalis*, difiriendo esta verdad de manera radical de la verdad referida por las prácticas del sí antiguas (Bourgoin-Castonguay, S., *Entre Histoire et Vérité: Paul Ricoeur et Michel Foucault. Généalogie du sujet, herméneutique du soi et anthropologie*, Philosophie. Université Paris-Est, <https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-01130368/>, 2014, p. 397).

¹⁵ Gabilondo, A., “*Quién cuida de sí*”, en G. Aranzueque y O. Mongin (ed.), *Horizontes del relato: lecturas y conversaciones con Paul Ricoeur*, Madrid, Cuaderno Gris n°2, 1997, p. 296.

¹⁶ Ricoeur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 176.

participa de una renovación del *cuidado* del cuidado de sí, cuyo punto de inflexión viene marcado con la publicación de la obra *Sí mismo como otro*, trataré a continuación de dar cuenta de las características más importantes de la espiritualidad ricœuriana: la filosofía del rodeo y el cuidado de sí, la relación dialéctica entre el conocimiento de sí y el cuidado de sí, y la integración del cuidado del otro en el cuidado de sí. Con ello, no sólo pondré de relieve la originalidad propia de ambos momentos de la concepción del cuidado de sí, sino que mostraré además cómo los elementos básicos que la constituyen se ponen en juego en la psicoterapia fenomenológica que practico. Siguiendo el enfoque sobre la *cura* del paciente propuesto por el *Instituto de Psicología y Psicoterapia Postracionalista*¹⁷, del cual formo parte junto a un grupo de psiquiatras, psicólogos e investigadores, el psicoterapeuta será definido como un “amigo benevolente y apasionado por la cura”, que mediará en la transformación del sí de cada paciente y en la reorientación de su vida.

2. LA FILOSOFÍA DE LA MEDIACIÓN Y EL CUIDADO DE SÍ

Ante todo he de definir aquello que es objeto de cuidado, que para Ricœur es el sí y no el yo: “Decir sí no es decir yo. El yo se pone, o es depuesto”¹⁸. La distinción y sustitución de un término por otro, considerada como una de las claves de la hermenéutica de la subjetividad planteada por el filósofo, llevará a mostrar que toda verdad sobre uno mismo exigirá una tarea, sin fin, de exégesis de aquello que se encuentra fuera de sí: “El sí está implicado de modo reflexivo en operaciones cuyo análisis precede al retorno hacia sí mismo”¹⁹.

El término “yo” viene a estar asociado a la intuición inmediata que cada uno tiene de sí mismo en primera persona. Bajo la primacía de este pronombre gramatical, el pensador galo engloba unas filosofías del sujeto en las que este es considerado el punto de partida de todo significado y capaz de conocerse de manera directa y clarividente mediante actos reflexivos sobre sí. Figuras tradicionales de la filosofía reflexiva –como el “*cogito*” cartesiano, el “yo pienso” kantiano o el “sujeto trascendental” husserliano– representan distintas modalidades de proponer a un sujeto epistémico, cuya reflexión ejercida sobre sí y por sí mismo es concebida como el acto originario, primigenio y fundador. Se comprende por qué estas filosofías del sujeto vienen a ser consideradas por Ricœur como *filosofías del Cogito*, puesto que en ellas el sujeto, entendido como “yo”, es fuente y fundamento último de todo sentido merced a la supremacía reflexiva y a la transparencia absoluta que caracteriza a su propia conciencia.

¹⁷ Fundado en los años ochenta por los psiquiatras Vittorio Guidano y Giampiero Arciero, este instituto (www.ipra.it), cuya sede central se encuentra en Roma, se dedica en la actualidad al estudio, la investigación y la enseñanza en el ámbito de la psicología no racionalista y la psicoterapia fenomenológica. Esta actividad de formación se suma a otras actividades tanto clínicas como didácticas y científicas que se vienen desarrollando a través de cursos y symposiums nacionales e internacionales. IPRA Tenerife (www.centromency.com) es una sede fundada por y afiliada al IPRA de la capital italiana, desde el año 2001, junto a otras sedes diseminadas por distintas ciudades de los continentes europeo y americano.

¹⁸ Ricœur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. XXXI.

¹⁹ *Ibíd.*, p. XXXI.

La elección de un término distinto del “yo”, el término “sí”, que comporta unas particularidades gramaticales²⁰, permite a Ricoeur establecer distancias con cualquier tradición idealista o egológica del sujeto, en la que el *cogito* resulta sobreestimado. En lugar de una exaltación de esta figura, el filósofo plantea un *cogito* interiormente herido, quebrado, lesionado y problemático, que sin ser sobreestimado ni subestimado, alberga la posibilidad de resultar enriquecido y transformado profundamente en la medida en que el “sí mismo” es capaz de leerse en el espejo de sus actos. El injerto hermenéutico de la fenomenología de Ricoeur corresponde a esta visión de un sujeto que, concebido como un existente real antes que como un yo pensante y epistémico, se descubre y comprende a sí mismo a través de la interpretación de las obras y la cultura: «entender al hombre como un sí mismo que a su vez es “como otro” –o sea, como un “tú”, “cada cual”, o “cualquiera”, nuestro semejante– exige un tipo de acercamiento particular: el camino largo de una poética y de una hermenéutica»²¹.

En busca de la comprensión de sí, que en opinión del filósofo Jean Greisch ha sido la preocupación central en el pensamiento intelectual de Ricoeur²², se entiende la hermenéutica como interpretación de símbolos y mitos de las grandes culturas –como la que se plantea a principios de los años sesenta en *La simbólica del mal*–, de la frase –como la desarrollada a mediados de los setenta en *La metáfora viva*–, de los relatos históricos y de ficción –como se propone en los ochenta con la aparición de *Tiempo y Narración*– y de las acciones y pasiones humanas mediante las cuales el sí se objetiva e interpreta –como la hermenéutica del decir y del hacer propuesta en *Sí mismo como otro*, considerada la obra cumbre del filósofo–. Será en este último volumen donde, de manera explícita, se señala que el sí es el punto de llegada de un recorrido por nuestros actos para responder a la cuestión ¿quién?²³, cuyo afrontamiento está guiado, a su vez, por una serie de preguntas próximas al lenguaje ordinario: «La cuestión se desarrolla en función de las diferentes maneras en que una persona se refleja en sus actos y sus palabras: “¿quién habla?, ¿quién actúa?, ¿quién se narra?, ¿quién es el sujeto moral de imputación?”»²⁴.

²⁰ La primera particularidad es que «el “sí” no figura en la lista de pronombres personales; no es ni “yo”, ni “tú”, ni “ella”, sino el reflexivo de todos esos pronombres personales» (Jarczyk, G., “Un entretien avec Paul Ricoeur, Soi-même comme un autre”, en *Rue Descartes*, 1[1991], p. 225). Luego, es al “sí” y no al “yo” al que se dirige el cuidado, según indica la expresión *cuidado de sí*. El hecho de que el “sí” se defina como pronombre reflexivo permite apuntar una segunda observación gramatical. El término “sí” puede relacionarse con el término “se”, permitiendo ver esta conexión especialmente cuando se une con los verbos en modo infinitivo. Así, cuando se emplean expresiones tales como “comprender-se”, “conocer-se”, “presentar-se”, “llamar-se”, el “se” es el reflexivo del verbo, que permitirá ser distribuido por todos los pronombres personales, como también por los pronombres y locuciones impersonales tales como “uno”, “cada uno” y “cualquiera que”. En palabras del propio Ricoeur: «el “se” me parecía ser también un término muy fuerte que podría haber escapado a las contiendas filosóficas centradas sobre el primado de la primera persona». (Ibíd., p. 225).

²¹ Begué, M.-F., *Paul Ricoeur: La poética del sí-mismo*, Buenos Aires, Editorial Biblos, 2002, p. 226.

²² Greisch, J., *Paul Ricoeur: L’itinérance du sens*, Grenoble, Éditions Jérôme Millon, 2001, p. 19.

²³ Como afirma Ricoeur: “uno interroga sobre el sí en la medida en que intenta responder a una pregunta sobre quién, y no sobre qué ni por qué” (Ricoeur, P., *Autobiografía intelectual*, Buenos Aires, Nueva visión, 1997, p. 97).

²⁴ Barthelemy, A., “Herméneutiques Croisées: Conversation imaginaire entre Ricoeur et Foucault”, en *Études Ricoeuriennes / Ricoeur Studies*, vol. 1, n°1 (2010), p. 59.

Este desvío por el “qué” y el “cómo” antes de volver al *quién*, esto es, por el lado objetual de las experiencias consideradas desde la óptica de las capacidades que despliega un sujeto, pone de manifiesto la oposición del filósofo a toda pretensión del sujeto de conocerse a sí mediante la intuición directa. La conciencia de sí, por tanto, no es algo dado y acabado de una vez por todas, ni una conciencia inmediata que se posee como cualquier cosa de la naturaleza, sino que exige un trabajo previo. La filosofía de la mediación de Ricœur orientada a que el sí logre una mayor transparencia de sí mismo habla de una tarea, que en términos foucaultianos podría ser entendida como cuidado de sí. El cuidado, en *Sí mismo como otro*, aunque no es objeto de un análisis profundo, tiene su correspondencia, en opinión de Bourgoïn-Castonguay, en un modo de investigación fenomenológico-hermenéutico del sí²⁵.

Esta tarea previa sobre el sí, cuyo objetivo viene marcado por la posibilidad de que el sí coincida consigo mismo, ilusión última de toda conciencia, queda bien indicada por los dos movimientos a través de los cuales se pone en evidencia la noción de reflexividad a la que se refiere Ricœur, vinculada de manera inextricable a la idea de intencionalidad: «la reflexividad como un poder de retorno sobre sí, se “sostiene” en el movimiento intencional como salida fuera de sí, hacia las cosas y al mundo»²⁶. Como se infiere de esta afirmación del filósofo Patricio Malet, el primer movimiento viene dado por el descentramiento de sí, un cierto alejamiento respecto de sí mismo que se produce a través de una diversidad de acciones emprendidas por el sujeto: “ser capaz de volver la atención a las cosas mismas es también poder perderse en ellas, entre ellas, por las acciones que realizamos y que intencionan cambios y transformaciones del mundo de la vida”²⁷. En sentidos diferentes aunque emparentados, hablar, hacer, narrar, someterse a la imputación, que no son sino la efectuación de las capacidades de un agente, son considerados en *Sí mismo como otro* como modos distintos de un actuar fundamental, mediante el cual el sí se abre hacia el mundo y hacia las cosas.

Gracias a esta capacidad para relacionarse con lo otro, el sí se objetiva: signos, símbolos, textos, acciones consideradas como un cuasi-texto, son distintas modalidades de objetivación de la vida de cada uno: “la acción misma, la acción significativa, se puede convertir en objeto de la ciencia sin perder su carácter de significatividad gracias a un tipo de objetivación semejante a la fijación que se produce en la escritura”²⁸. Para Ricœur, hay acciones que dejan marcas, vestigios, expresiones de la vida de cada hombre que testimonian su “esfuerzo por existir y deseo de ser”²⁹.

²⁵ Bourgoïn-Castonguay, S., *Entre Histoire et Vérité: Paul Ricoeur et Michel Foucault. Généalogie du sujet, herméneutique du soi et anthropologie*, cit., p. 392.

²⁶ Malet, P. M., “Atestación y Respuesta: Reflexión a partir de una fenomenología hermenéutica de las capacidades”, en *Trans/Form/Ação*, vol. 36, n.1 (2013), p.140.

²⁷ *Ibid.*, p. 140.

²⁸ Ricoeur, P., *Del texto a la acción*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica de Argentina, 2001, p. 176.

²⁹ Ricoeur, P., *El conflicto de la interpretaciones*, cit., p. 22.

Con la identificación y recuperación de estas huellas del sí mismo impresas en el mundo, consideradas como un fenómeno mixto de efecto-signo³⁰, se inicia un segundo movimiento de retorno a la vida subjetiva. El sí se vuelve sobre sí mismo mediante el largo rodeo por unas huellas que, saturadas de unos sentidos que piden ser dichos, están sujetas a continuas y nuevas exégesis a la luz de un presente vivo. La reflexión del sujeto, a través de la cual busca una nueva verdad para sí mismo, se vuelve interpretación, puesto que para conocerse requiere de un sí que interprete los signos de su humanidad esparcidos por el mundo. “Aquí está la línea de mi hermenéutica, afirma Ricœur, según la cual no hay conocimiento de sí mismo inmediato, sino que nos conocemos a través de, como he dicho muchas veces, signos de obras, textos que hemos comprendido y amado”³¹.

A partir de este doble movimiento de salida y de retorno del sí en el que consiste la reflexividad, de perderse y reencontrarse mediante la interpretación y apropiación narrativa de sus propias huellas, se comprende cómo la antropología filosófica del pensador contiene otra particularidad concerniente a la cuestión del *cuidado de sí*. Me refiero, en concreto, al afrontamiento de la disyuntiva histórica que ha habido entre la *epimeleia heautou* y el *gnôthi seauton*, articulando de manera dialéctica ambas cuestiones a través de la vía larga de la hermenéutica.

4. EL CUIDADO DE SÍ Y EL CONOCIMIENTO DE SÍ

A pesar de que Ricœur propone una hermenéutica del rodeo diversa de la vía corta de la analítica existencial propuesta por Heidegger, son múltiples las cuestiones ontológicas planteadas en *Ser y Tiempo* que resuenan en la hermenéutica de la ipseidad expuesta en *Sí mismo como otro*.

Uno de esos temas, anunciado como la segunda intención filosófica de esta obra, como señalaba en páginas precedentes, es la diferencia establecida entre la mismidad y la ipseidad, que, desde los primeros escritos en los que Ricœur introduce este binomio³², es ilustrada mediante la utilización del marco conceptual heideggeriano *Dasein-Vorhandenheit*. A las diferencias que hay a nivel lingüístico y fenomenológico entre mismidad e ipseidad³³, Ricœur añade, siguiendo a Heidegger, una tercera de carácter ontológico: “la distinción entre ipseidad y mismidad no trata sólo de dos constelaciones

³⁰ Ricoeur, P., *Educación y Política. De la Historia Personal a la Comunión de Libertades*, Buenos Aires, Editorial Docencia, 1994, p. 66.

³¹ Jarczyk, G., “Un entretien avec Paul Ricoeur, Soi-même comme un autre”, cit., p. 226.

³² Después de que Ricoeur ha aclarado la diferencia que existe entre el yo y el sí, en una entrevista concedida al psiquiatra italiano Giuseppe Martini, continúa con la siguiente observación: «es por estas razones que desde hace doce años he contrapuesto dos significaciones del término “Sí”, el idem y el ipse. He hecho referencia a Heidegger, el cual acepta fundamentalmente esta idea de la *Selbstheit*, de la identidad-ipseidad. (Martini, G., “Conversazione sulla psicoanalisi. Entrevista a Paul Ricoeur”, en D. Jervolino y G. Martini [eds.], *Paul Ricoeur e La psicoanalisi*, Milán, Editorial Franco Angeli, 2007, p. 167).

³³ Casarotti, E., *Paul Ricoeur: una antropología del hombre capaz*, Córdoba, EDUCC, 2008, pp. 84-85.

de significaciones, sino de dos modos de ser”³⁴. Mientras que la categoría de la mismidad se corresponde con el modo de ser de la *Vorhandenheit*, la de ipseidad se corresponde con el modo de ser del *Dasein*, pues Ricoeur está “de acuerdo con Heidegger al decir que la cuestión de la *Selbstheit* pertenece a la esfera de problemas referentes a la clase de entidad que él llama *Dasein* y que se caracteriza por la capacidad de interrogarse sobre su propio modo de ser y así relacionarse con el ser en tanto que ser”³⁵.

Una vez vinculada la ipseidad al ámbito de cuestiones que tienen que ver con el *Dasein*, ambos términos quedan unidos por la noción de cuidado (*Sorge*), siguiendo Ricoeur aquí el hilo conductor señalado en *Ser y Tiempo*³⁶. Al ser la *Sorge* una de las estructuras fundamentales del *Dasein* (el cuidado es un existencial), el pensador francés retoma el término para preguntarse: “¿sería el equivalente de lo que llamamos unidad analógica del obrar?”³⁷. La respuesta afirmativa a esta cuestión lleva a destacar dos aspectos en relación a las temáticas tratadas en este trabajo.

El primero de ellos es la presencia en Ricoeur de la cuestión del cuidado de sí a través de la *Sorge* de *Ser y Tiempo*, que, en su dimensión ontológica, es equiparado a la unidad solamente analógica entre múltiples acepciones del término actuar que se inscriben en los estudios que conforman *Sí mismo como otro*³⁸. De hecho, para apreciar en su justa medida el momento propiamente ricœuriano del cuidado de sí, es capital este “momento heideggeriano”, definido por Michel como «una revancha de la *epimeleia heautou* sobre el *gnôthi seauton*, una revancha del cuidado de sí sobre el “momento cartesiano”»³⁹.

Pero la descalificación del conocimiento y recalificación del cuidado de sí y del ser que se produce en la obra de Heidegger no es atribuible a la hermenéutica del sí mismo de Ricoeur. La apuesta de este por una “hermenéutica del rodeo”, que salve las

³⁴ Ricoeur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 342; Trujillo Trujillo, S. D., “El problema de la identidad personal y la ontología aristotélica del acto y de la potencia según Paul Ricoeur”, en *Laguna: Revista de Filosofía*, núm. 39, 2016, pp. 97-113.

³⁵ Ricoeur, P., “L’identité narrative”, en *Esprit*, 7-8 (1988), p. 298.

³⁶ Los párrafos de *Ser y Tiempo* aludidos por Ricoeur son los siguientes: § 5, § 9, § 25, § 41 y § 64. En esta obra, el cuidado designa una estructura existencial básica que reúne en una totalidad los tres momentos (facticidad-existencialidad-caída), que a su vez remiten cada uno de ellos a una dimensión del tiempo: la existencialidad, en cuanto capacidad proyectiva de salir de sí, abre el futuro, comporta un cierto mirar hacia delante; la facticidad, como reflejo de la condición de arrojado, remite al pasado; la absorción de la caída desvela el presente. Estos tres momentos, aglutinados en el fenómeno del cuidado, quedan recogidos en la siguiente definición aportada por el filósofo alemán: “anticiparse-a-sí-estando-ya-en-(el-mundo) en-medio-de (el ente que comparece dentro del mundo)”. (Heidegger, M., *Ser y Tiempo*, Madrid, Trotta, 2003, p. 210).

³⁷ Ricoeur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 343.

³⁸ Para dar cuenta de la problemática del sí mismo, en la medida en que intenta responder a la pregunta sobre el *quién*, Ricoeur se apoya en una serie de figuras del actuar humano –decir, hacer, narrar e imputarse acciones– puesta de relieve en el carácter fragmentario de sus estudios. Sin embargo, pese a esta diversidad y heterogeneidad de tipos del obrar, el filósofo halla una afinidad de sentido entre ellos, una cierta “unidad fragmentaria”, siguiendo la expresión de François Marty, que le lleva a asignar a la categoría del actuar una función de reunión de grado más elevado. La fenomenología del sí apunta a una cierta unidad de la acción humana. (Marty, F., “L’unité analogique de l’agir”, en J. Greisch [present.], *L’herméneutique à l’école de la phénoménologie*, Paris, Beauchesne Editeur, 1995, p. 88).

³⁹ Michel, J., “El cuidado de sí y el cuidado de los otros”, cit., p. 153.

trampas de una filosofía de la reflexión y los cortocircuitos de una mera ontología del sí mismo a través del desciframiento continuamente renovado de las objetivaciones de la existencia humana, lleva a destacar en su obra un segundo aspecto, que tiene que ver con la incorporación de la lógica del conocimiento y los métodos propios de las ciencias del hombre a favor de una renovación de la espiritualidad ricœuriana. Según señala François Dosse, “al propiciar una filosofía de los rodeos, en respuesta a todos los desafíos epistemológicos, Ricœur habría de atribuir siempre un lugar preferencial a las ciencias humanas como representantes de otras tantas travesías experienciales y otros tantos horizontes epistemológicos para su filosofía del obrar”⁴⁰. Por ello, si bien el “momento heideggeriano” y la *Sorge* de *Ser y Tiempo*, equivalente a la unidad analógica del actuar, ocupan un lugar central en *Sí mismo como otro*, el “momento cartesiano” aparece en esta obra por el desvío de diversos procedimientos objetivantes relativos al discurso y la acción propios de la filosofía analítica, para incorporar finalmente dichos análisis a una hermenéutica del decir y del hacer. El injerto de la filosofía analítica a la hermenéutica del sí mismo marca así una nueva conjugación de la *epimeleia heautou* con el *gnôthi seauton*: las nuevas técnicas del conocimiento de sí, esta vez aportadas por el enfoque analítico, son integradas y resultan beneficiosas para el cuidado que el sujeto se puede dispensar a sí mismo⁴¹.

Desde *El conflicto de las interpretaciones* hasta concluir con su última obra, *Caminos de reconocimiento*, Ricœur traza un itinerario filosófico caracterizado por continuas articulaciones entre la *epimeleia heautou* y el *gnôthi seauton*, entre verdad y método, entre una hermenéutica ontológica y una hermenéutica epistemológica. “La ontología de la comprensión, afirma el filósofo, permanece implicada en la metodología de la interpretación”⁴². Por esta razón, no sólo se considera que el filósofo participa del cuidado del cuidado de sí, sino que además se le atribuye ser uno de los pensadores que más ha contribuido a reespiritualizar las ciencias humanas, sociales y naturales que propenden el conocimiento de sí.

5. EL CUIDADO DE SÍ, EL OTRO Y LAS CAPACIDADES

La sustitución del “yo” centrado en sí mismo por el “sí” permite a Ricœur afrontar una nueva dialéctica del sí y del otro distinto de sí, anunciada como la tercera intención filosófica de la obra *Sí mismo como otro*. Trataré esta relación entre la ipseidad y la alteridad desde la perspectiva del cuidado de sí o estima de sí, que corresponde, según el pensador, al componente ético de la aspiración a vivir bien, bajo el horizonte de una vida realizada, como parte constitutiva de una persona.

⁴⁰ Dosse, F., “La capacidad a prueba de las ciencias humanas”, en C. Delacroix, F. Dosse y P. García (dir.), *Paul Ricoeur y las ciencias humanas*, Buenos Aires, Ediciones Nueva Visión, 2008, p. 11.

⁴¹ Sepúlveda, G.O., *Ricoeur/Foucault. Hacia la posibilidad de un vis-à-vis entre interlocutores ausentes*, Bogotá, Pontificia Universidad Javeriana (<https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/16413>), 2014, p. 335.

⁴² Ricoeur, P., *El conflicto de las interpretaciones*, cit., p. 23.

Por un lado, el cuidado puede tomar una dirección que va del sí al otro, de un sí que se desprende de sí mismo para seguir el impulso de solicitud por el otro. Este movimiento del sí hacia el otro, que responde a la llamada del sí por el otro, es fundamental en la estructura del cuidado de sí. «No puedo estimarme a mí mismo, dice Ricœur, sin estimar al otro como a mí mismo. “Como a mí mismo” significa: tú también eres capaz de comenzar algo en el mundo, de actuar por razones, de jerarquizar tus preferencias, de estimar los fines de tu acción y, de este modo, estimarte a ti mismo como yo me estimo a mí mismo»⁴³. Si la ética de Ricœur nos convoca a la estima de sí, a saber, a que valoremos nuestras acciones y nos valoremos a nosotros mismos como actores morales y como autores de lo que somos en nuestras vidas, este movimiento reflexivo cobra pleno sentido cuando, en primer lugar, el sí se muestra solícito “con el otro” –cuando hay reciprocidad entre amigos y semejantes– y “por el otro” –cuando este exige ayuda al sí– y, en segundo lugar, cuando esta estructura dialógica no se reduce a la figura singular del otro, sino que se extiende y tiene como referencia el conjunto de las instituciones justas, pues, como dice Ricœur, “bajo el término otro, es necesario situar dos ideas distintas: el prójimo y el cada uno. El prójimo de la amistad y el cada uno de la justicia. Al mismo tiempo, no se los separa, en la medida en que pertenece a la idea de *ethos* abarcar en una única fórmula bien articulada el cuidado de sí, el cuidado del prójimo y el cuidado de la institución”⁴⁴.

La integración del cuidado del otro, de la sociedad, de las instituciones, en el corazón del cuidado de sí marca un momento de inflexión en el tratamiento de la espiritualidad por Ricœur. No es casualidad que *Sí mismo como otro* sea considerada como la obra culminante del cuidado de sí en la antropología de Ricœur. A la definición del cuidado de sí entendido como deseo de perseverar en su ser, mantenerse en el tiempo, conquistar sus poderes más propios y devenir humano y adulto, se le añade de manera explícita la referencia al otro, que, junto a la figura anónima de las instituciones, es concebido como elemento fundamental del cuidado de sí⁴⁵.

No obstante, la incorporación del cuidado del otro en la ética de Ricœur no implica, al contrario de lo que sucede en la ética levinasiana, el abandono o la renuncia al “sí”, como tampoco denegarle su estima. La preocupación por la vulnerabilidad del otro, si bien es básica en la constitución ética de la persona, no excluye el momento en que el sí tenga que cuidar de sí mismo, siendo capaz de actuar intencionalmente, según razones reflexionadas, y pudiendo inscribir tales intenciones en el curso de las cosas mediante sus propias iniciativas. Precisamente el camino que va de la posesión a la desposesión de sí para volverse disponible para el otro requiere de alguien que pueda recorrerlo, de una ipseidad que, ante la pregunta ¿dónde estás? planteada por el otro al sí, sea capaz de

⁴³ Ricœur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 202.

⁴⁴ Ricœur, P., “Aproximaciones a la persona”, en *Amor y justicia*, Madrid, Caparrós Editores, 2000, p. 102. Con la introducción del concepto de institución, Ricœur quiere significar una relación con el otro que no se deje reconstruir exclusivamente sobre el modelo de la amistad, pues el otro es también el que está “frente a mí sin rostro”, el “cada uno” de la distribución justa.

⁴⁵ Michel, J., “El cuidado de sí y el cuidado de los otros”, cit., p. 163.

responder altivamente: ¡heme aquí! Hay que ocuparse de sí para conservar la posibilidad de atender y preocuparse por el otro, pues “¿no hay [...] que preservar una capacidad de acogida en cada uno, preservar un ser capaz de recibir una conminación moral, un ser capaz de perseverar en su ser para mantener sus promesas, un ser capaz de estimarse a él mismo para estimar a los otros, un ser capaz de tener cuidado de él mismo para cuidar de los otros, para que haya cuidado del otro?”⁴⁶

Ahora bien, por otro lado, en la medida en que no habría sujeto capaz de hacerse cargo del otro si no fuera capaz de estimarse a sí mismo, puede decirse que tampoco habría estima de sí si el sí no es objeto del cuidado de los otros. Una de las situaciones que muestra con suma claridad la condición de un sí que para cuidarse necesita el cuidado de un otro es la que se produce entre el paciente y el médico, aludida por Ricoeur en numerosas ocasiones en los trabajos redactados luego de la publicación de *Sí mismo como otro*⁴⁷.

El inicio del encuentro y la posterior relación entre paciente y médico tienen lugar con el padecimiento del sí, definido como una merma en el poder de actuación, ya que “el sufrimiento no se define únicamente por el dolor físico, ni siquiera por el dolor mental, sino por la disminución, incluso la destrucción de la capacidad de obrar, de poder-hacer, sentidas como un ataque a la integridad del sí”⁴⁸. Siguiendo el binomio práxico-pático planteado en estos escritos y en una obra posterior, *Caminos de reconocimiento*, los signos de esta disminución podrían hallarse en la dificultad o reducción extrema de la ipseidad para ejecutar diferentes tipos de acción –hablar, hacer, narrar, imputarse acciones, recordar, prometer–, que leídas desde la noción de cuidado no dejan de ser los impedimentos visibles y mostrados por el sí para realizar su vida y vivir bien. Ante estas muestras de fragilidad o vulnerabilidad del paciente, el cuidado de sí puede resultar amenazado o gravemente dañado. Según expone Ricoeur, «el paciente –este paciente– “trae al lenguaje” su sufrimiento pronunciándolo como lamento, el cual comporta un componente descriptivo (tal síntoma...) y un componente narrativo (un individuo imbricado en tales y tales historias); a su vez, el lamento se transforma en exigencia: exigencia de... (de curación, quién sabe, de salud, y, por qué no, en última instancia, de inmortalidad) y exigencia a... dirigida como una apelación al médico»⁴⁹.

Surge, ante esta situación de impotencia sufrida por el sí, experimentada en menor o mayor grado, la figura del otro, la del clínico, cuya sabiduría práctica le permitirá establecer un pacto de cuidados con el paciente. Mientras éste se compromete a implicarse y ser agente de su propio tratamiento, el compromiso del profesional sanitario

⁴⁶ *Ibíd.*, p. 165.

⁴⁷ Ricoeur, P., *Lo justo 2. Estudios, lecturas y ejercicios de ética aplicada*, Madrid, Editorial Trotta, 2008; Ricoeur, P., *Escritos y conferencias. Alrededor del Psicoanálisis*, Madrid, Editorial Siglo XXI, 2009; Ricoeur, P., “La souffrance n’est pas la douleur”, en C. Marin y N. Zaccà-Reyners (dir.), *Souffrance et douleur. Autour de Paul Ricoeur*, París, Presses Universitaires de France, 2013.

⁴⁸ Ricoeur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 198.

⁴⁹ Ricoeur, P., *Lo justo 2. Estudios, lecturas y ejercicios de ética aplicada*, cit., p. 185.

estriba en acoger, tratar y seguir al doliente, estableciéndose así una alianza entre ambos para luchar contra un enemigo común: la (psico-)patología, que afecta al cuidado de sí. De este modo, el movimiento de la alteridad del otro queda determinado precisamente por la necesidad del sí de restaurar sus poderes más propios y abrir un horizonte de expectativas. El problema es “¿cómo atender, más allá de la enfermedad, los recursos del enfermo todavía disponibles, voluntad de vivir, de iniciativa, de evaluación, de decisión? En otros términos, ¿cómo compensar la deficiencia del otro participante, el paciente, sin infligirle el estigma de exclusión?”⁵⁰ Guiado por este fin, el clínico se vuelve una figura mediadora clave a través de la cual el paciente es reconocido en sus vulnerabilidades⁵¹, pero también en aquellos otros poderes que se hallan detrás del “no puedo” expresado por él mismo. El reconocimiento de sí por parte del paciente como un ser capaz de ciertas realizaciones requiere y encuentra su plena expresión en el reconocimiento de esa capacidad por parte del clínico. Puesta en ejercicio esta capacidad durante el proceso de intervención, que quizás requiera de algún tiempo para ser despertada, el clínico contribuirá de esta manera a recomponer la identidad del paciente y a restaurar el cuidado de sí mismo. Según expone Ricœur, “este otro del enfermo, que es el médico, se encuentra encargado de compensar el déficit de estima de sí y de coraje de ser del paciente mediante un tipo de estima doble y esfoliada, que podríamos llamar estima de sustitución y de suplemento”⁵².

6. LA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA: ENTRE EL CONOCIMIENTO DE SÍ Y EL CUIDADO DE SÍ

La relevancia que han tenido las distintas temáticas tratadas por Ricœur para el *Instituto de Psicología y Psicoterapia Postracionalista* ha sido considerable, desde los primeros artículos del psiquiatra Giampiero Arciero, aparecidos a principios de los años noventa, hasta una serie de volúmenes del mismo autor y otros colaboradores, publicados a lo largo de la década siguiente⁵³. El uso frecuente que hemos hecho de la obra del

⁵⁰ *Ibíd.*, p. 179.

⁵¹ La vía de acceso a la comprensión del sufrimiento es mediante la evaluación por el médico de qué capacidades se hallan afectadas en esa disminución o privación de potencia del paciente. Los signos posibles de este aminoramiento pueden ser detectados así mediante el rodeo por los distintos tipos de acción que realiza el paciente, en los registros de la palabra, de la acción propiamente dicha, del relato, del recuerdo, del proyecto y de la imputación de una serie de hechos. Las diversas figuras del “yo no puedo” son analizadas de manera indirecta a través del lado objeto del obrar humano, es decir, mediante el rodeo por las acciones –expresiones o efectuación de las capacidades– antes de volver al *quién*.

⁵² Ricœur, P., *Lo justo 2. Estudios, lecturas y ejercicios de ética aplicada*, cit., p. 181.

⁵³ En un trabajo publicado en 1996 –seis años después de la aparición en francés de la obra *Sí mismo como otro–*, se puede constatar cómo las alusiones a esta obra y a *Tiempo y Narración* son considerables, puesto que en ese trabajo se retoman distintas temáticas claves en la hermenéutica fenomenológica de Ricœur para ser aplicadas a la Psicología y al ámbito de la práctica psicoterapéutica: la relación del lenguaje con la experiencia, el carácter mimético de la narración, la diferencia entre la ipseidad y la mismidad, y la articulación de estas dos modalidades de permanecer en el tiempo a través de la identidad narrativa (Arciero, G., “Tu ed io: Appunti per una fenomenologia”, en *Etologia e Conoscenza*, Roma, Melusina editoriale, 1996, pp. 119-136). Dichos temas son

filósofo ha girado en torno a un objetivo fundamental, perseguido por nuestra escuela durante las tres últimas décadas: edificar una Psicología no racionalista y practicar una Psicoterapia Fenomenológica centrada en *quién* es la persona⁵⁴, para lo cual se propone a la ipseidad como objeto temático de estudio de ambas disciplinas, en línea con la tradición hermenéutico-fenomenológica continental. Según indican Arciero y Bondolfi, “esta perspectiva sobre la ipseidad emerge desde la necesidad ontológica de comprender a la persona a partir de sus modos de ser en vez de conceptualizarla según las categorías que se aplican a los objetos”⁵⁵. Si nuestra profesión como psicoterapeutas se puede definir en términos del “cuidado del cuidado de sí mismo”⁵⁶, es a la ipseidad del paciente a la que debiéramos acceder, movilizar y transformar.

Esta propuesta centrada en el “cuidado de sí”, procedente de la Psicología y de la Psicoterapia, es desarrollado de manera profunda en un último trabajo, *The Foundations of Phenomenological Psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, de los psiquiatras Giampiero Arciero y Guido Bondolfi, y la psicóloga Viridiana Mazzola⁵⁷. El interés que amerita esta obra es que, como se adelanta ya en el prólogo, se ocupa de la relación entre una psicología no racionalista⁵⁸ y una psicoterapia fenomenológica⁵⁹, por un lado, y la gran tradición del cuidado de

sujetos a nuevas reformulaciones en posteriores artículos y libros, así como se amplía el interés por otras cuestiones tratadas por el filósofo francés y que conciernen a la Psicología. Entre esas cuestiones, cabe destacar la dialéctica entre la comprensión y la explicación en el ámbito de la acción humana (Arciero, G., *Estudios y diálogos sobre la identidad personal*, Barcelona, Amorrortu editores, 2005, pp. 45-50); la relación entre la voluntad y el carácter del paciente basada en la obra *Lo voluntario y Lo involuntario* de Ricoeur (Arciero, G., *Tras las huellas del sí mismo*, Buenos Aires, Amorrortu editores, pp. 126-179); el diálogo entre constructivismo, fenomenología y neurociencias –que tuvo lugar en el Congreso celebrado en Bari, organizado por IPRA en el año 2003–, inspirado en el libro *Lo que nos hace pensar. La naturaleza y la regla*, de Changeux y Ricoeur; la relevancia de la alteridad tanto para la construcción de la identidad personal desde la infancia hasta la adolescencia (Arciero, G., *Estudios y diálogos sobre la identidad personal*, cit., pp. 129-183) como para el desarrollo del lenguaje (Arciero, G., Bondolfi, G., *Selfhood, Identity and Personality Styles*, Oxford, Editorial Wiley-Blackwell, 2011, pp. 37-57); y el tema del cuerpo y la pasividad de la carne como parte constitutiva de la ipseidad (Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 8).

⁵⁴ Trujillo Trujillo, S.D., Cabrera Casimiro, E., Arciero, G., «“Mueren los “ismos”, vuelve la persona. Entrevista a Giampiero Arciero», en *Revista de Psicoterapia*, vol. 21, 85(2012), p. 87; Trujillo Trujillo, S.D., “Hermenéutica y Psicología: La cuestión de la identidad narrativa en Paul Ricoeur”, en T. Oñate y colaboradores (eds), *Crítica y crisis de Occidente. Al encuentro de las interpretaciones*, Madrid, Editorial Dykinson, 2013, p. 478; Trujillo Trujillo, S.D., Cabrera Casimiro, E., «Reseña: “Selfhood, Identity and Personality Styles”», en *Revista Electrónica de la Sociedad Chilena de Psicología Clínica*, n°1, 2013, p. 11.

⁵⁵ Arciero, G., Bondolfi, G., *Selfhood, Identity and Personality Styles*, cit., p. 1.

⁵⁶ Arciero, A., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., p. 169.

⁵⁷ Será publicada en los próximos meses, en la editorial *Northwestern University Studies in Phenomenology and Existential Philosophy* (Arciero, G., 2017, comunicación personal).

⁵⁸ Concebida como una disciplina centrada en la generación del sentido, en las historias individuales, en las vidas únicas que toman forma continuamente como determinaciones concretas en el encuentro con el mundo y en las múltiples situaciones fácticas (Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., prólogo)

⁵⁹ *Ibíd.*, prólogo y capítulos 6, 7 y 11. El enfoque fenomenológico de la psicología que estos profesionales de la salud proponen se basa en una comprensión interpretativa de las experiencias vividas a partir de *quien* las vive,

sí, por otro, asunto en el que profundiza en el capítulo de cierre del volumen, que lleva por título “El cuidado de sí y la psicoterapia”, donde se esboza un itinerario histórico –centrado en la búsqueda de la verdad dentro de uno mismo y en el encuentro con un maestro capaz de guiar esta búsqueda– que permite comprender cómo la psicoterapia fenomenológica supone una reapropiación y renovación de la gran tradición de la curación del alma. «En este sentido, dicen los autores, cultivar el cuidado de sí mismo está diseñado para asegurar una posesión de sí mismo que debe ser realizada una y otra vez atendiendo a esa llamada –esa convocatoria– que surge del mero hecho de existir en el mundo con otras personas. Es un esfuerzo por investigar, por poner en duda las cosas, por recuperar el control y apropiarse; es un esfuerzo para *interpretar* la propia vida, que toma la forma de un intento constante de cambiar al sí mismo “desnudo”, por así decirlo –sin red de seguridad– en vista de las propias decisiones, manteniéndose fiel, mientras, a la propia libertad y asumiendo la responsabilidad de ella»⁶⁰.

A pesar de que los autores de la obra comentada, para fundamentar su enfoque fenomenológico de la psicoterapia, utilizan como referencias fundamentales las aportaciones de filósofos de la talla de Martin Heidegger y Jan Patočka a la teoría del cuidado de sí⁶¹, la puesta en juego de algunos de los temas de la filosofía de Ricœur, como se constata sobre todo en la segunda de las tres historias de las que se compone el libro, permite a quien escribe mostrar las conexiones evidentes entre el cuidado de sí postulado por esta modalidad de hacer psicoterapia y el cuidado de sí concebido por el filósofo francés.

Si tomo como referencia la experiencia psicoterapéutica misma, el punto de partida de esta praxis fenomenológica supone tomar en consideración al paciente como a un *quién*, y no como a un *qué*. Mientras que la filosofía de Ricœur ha tratado de aclarar esta diferencia –a partir de la distinción heideggeriana entre *Dasein* y *Vorhandenheit*–, la Psicología ha omitido la pregunta *quién* formulando múltiples respuestas a la cuestión *qué*. El modo en que se muestra cada paciente y en que se puede acceder a la experiencia en su integridad obliga a una nueva manera de conceptualizar el sí mismo y de investigarlo, un sí mismo

revelando y llevando a la expresión los sentidos de las mismas a través de la recuperación de una historia singular en el curso de la existencia del paciente. De esta manera los autores se ciñen al cumplimiento del “primer principio metodológico de la fenomenología: el retorno a las cosas mismas como ellas se muestran en sí” (Ibíd., capítulo 6).

⁶⁰ Ibíd., capítulo 11.

⁶¹ Entre las distintas temáticas del pensador alemán en las que se inspiran Arciero y colaboradores, destacamos la cuestión clave de la *kínēsis tou bíou*, a partir de la cual la psicoterapia fenomenológica se acoge a un método específico definido como indicación formal –siguiendo también los pasos de la fenomenología de Heidegger– capaz de tomar en consideración el movimiento intencional de la vida sin especificar ningún contenido y de aprehender de esta manera la experiencia viva tal como se manifiesta para *quien* la vive, sin mediación teórica alguna. La integración de la corporeidad y el cuerpo como aspectos ontológicos de la motilidad de la vida se debe a las aportaciones del filósofo checo. A partir de esta es posible la realización concreta de la existencia de cada uno, encarnándola y conservando sus huellas. Las investigaciones centradas en el movimiento específico de la vida humana, asumiendo que esta toma forma constantemente en la carne de un cuerpo y en una relación inextricable con el mundo, llevan a estos autores a considerar el cuidado del alma como una transformación y reorientación de esa motilidad de la existencia, que, abriendo así una nueva verdad sobre el sí, logra restaurar tanto el estado natural de silencio de los órganos del cuerpo como la realización plena del mismo en su entorno.

que no puede ser la contestación a la cuestión *qué*—la identidad *idem*—, sino que tiene que ser la respuesta a la pregunta “¿Quién es el Sí Mismo?”⁶². Interpelarse acerca de *quién* es el paciente conlleva la ardua empresa de acceder a la ipseidad y llevarla a la luz mediante el rodeo de los relatos terapéuticos.

Y desde esta perspectiva del paciente considerado como un *quien*, Arciero y colaboradores interpretan el síntoma. En primer lugar, aluden al sentimiento de extrañeza que envuelve a *quien* sufre: “el síntoma ocurre a pesar de sí mismo, es más fuerte que el sí mismo, y a menudo los pacientes —pero también el DSM-IV— no comprenden ni siquiera el vínculo con las circunstancias”⁶³. El trastorno es definido así como la reiteración de un mecanismo producido por estados físicos, perceptivos, emocionales, cognitivos, etc. padecidos de manera súbita y extraña para el paciente⁶⁴. En segundo lugar, afirman que tales síntomas se hallan desconectados de la historia vivida del paciente: «la “patología” que vive y narra está separada de las condiciones en las que emerge y aún más de cualquier origen histórico»⁶⁵. Dicho en otros términos, el posible relato configurado por el paciente gira en torno a su aflicción, no permitiendo esta narración ni remitirse al ámbito pre-reflexivo donde los síntomas aparecen, ni aún menos referirse al contexto situacional y temporal de la génesis del trastorno. Nos hallamos en estos casos clínicos ante “una narración inadecuada o inapropiada”⁶⁶, cuya función, junto al síntoma, es la de señalar o indicar un dominio de experiencias prerreflexivas del paciente que debe ser investigado. En tercer lugar, reformulan el síntoma en términos de una separación entre la ipseidad y la reconfiguración narrativa de la misma. Piensan que “alrededor de este juego sutil, y siempre en acción entre el significado pre-reflexivo y su apropiación lingüística se origina gran parte de las problemáticas que llevan a los pacientes a terapia”⁶⁷. El estado psicopatológico, desde

⁶² Arciero, G., Bondolfi, G., *Selfhood, Identity and Personality Styles*, cit., p. 23; Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non rationalist psychology*, cit., capítulo 6.

⁶³ *Ibíd.*, capítulo 6. Por “DSM” se entiende el *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* que, junto a la Clasificación internacional de enfermedades (CIE-10), son las dos referencias bibliográficas utilizadas por los profesionales de la salud mental para diagnosticar los trastornos mentales.

⁶⁴ Aunque referidas a una perspectiva psicoanalítica, semejantes afirmaciones pueden encontrarse en Ricoeur, quien afirma que “si el analizado viene a psicoanalizarse, no es simplemente porque sufre, sino porque está perturbado por síntomas, conductas, pensamientos que no tienen sentido para él, que no puede coordinar en un relato continuo y aceptable” (Ricoeur, P., *Escritos y conferencias. Alrededor del Psicoanálisis*, cit., p. 82).

⁶⁵ *Ibíd.*, p. 74. También es Ricoeur quien sostiene que «el paciente que visita al psicoanalista le presenta migajas de historias vividas, sueños, “escenas primitivas” [...], episodios conflictivos» (Ricoeur, P., *Tiempo y Narración [I]*, México, Siglo XXI, 2000, p. 144), de manera que las sesiones de análisis consisten en reconstruir con todo este material una nueva narración más soportable y más inteligible.

⁶⁶ *Ibíd.*, capítulo 6. Pese a que el paciente configure un relato, la trama narrativa que estructura el mismo permite crear y forzar concordancias allí donde puede haber experiencias dispares o elementos discordantes, lo cual tiene como resultado que el paciente no alcanza a reconocerse en la historia que se cuenta a sí mismo sobre sí mismo (Ricoeur, P., *Tiempo y Narración [III]*, México, Siglo XXI, 2006, p. 999).

⁶⁷ *Ibíd.*, p. 77. Según nuestro punto de vista, el malestar psicológico es concebido, entonces, como una separación de diferentes grados entre el sentido de las experiencias vividas y su reconfiguración simbólica. Las narraciones de los pacientes impiden u ocultan el acceso al sentido de determinadas experiencias, generando y

este punto de vista, es concebido como una dificultad del paciente para reconfigurar de manera sensata la realización de la propia experiencia. En cuarto lugar, señalan que mientras la movilidad propia de la vida y su realización plena quedan paralizadas en la repetición del mecanismo que está a la base del síntoma, acompañada por la alteración de una carne que hace que el propio cuerpo se vuelva visible y sea experimentado como un obstáculo, “la consecuencia más inmediata de esta experiencia es una disminución en el poder de actuar y sentir, junto a una reducción de la amplitud de su relación con el mundo”⁶⁸. En quinto y último lugar, apuntan que la perturbación de la movilidad de la vida experimentada por el paciente en forma de pasividad de un cuerpo –cuya significativa presencia genera una diferencia en el corazón de la ipseidad– conlleva progresivamente una alteración cualitativa del poder estar en el mundo, un cierre del horizonte de expectativas y una restricción de la libertad.

En concordancia con esta visión del trastorno psicológico será articulada la intervención psicoterapéutica. Ello comporta que “lo que tenemos [...] son huellas de uno mismo que se imprimen en la vida y que la narrativa intenta preservar interpretando su significado y orientando su vitalidad”⁶⁹. Es decir, si el síntoma es manifestación de algo significativo vivido de lo que el paciente no puede dejar de ocuparse, si su relato presupone la incomprendibilidad de un pasado según las coordenadas actuales del paciente, entonces la terapia consistirá en una reapropiación de la historia a partir del presente de *quien* sufre, accediendo a la misma a través de lo que el síntoma y la narración inicial del paciente suelen ocultar..., pero también anunciar. Ya que “la búsqueda y la aprehensión de indicios, que en la psicoterapia fenomenológica corresponde a expresiones de sí, permite abrir un itinerario de cuestiones e interrogantes para desvelar

perdurando en el tiempo formas disimuladas de malestar psicológico o modalidades variadas de sintomatología declarada. Según señalan Arciero y colaboradores, “el relato, que representa un modo de configurar los eventos, frecuentemente se acompaña de un malestar, que a veces corresponde a los síntomas, otras veces a una incapacidad de acceder a sí, otras veces incluso a un sentido de inadecuación de la relación con sí, y en cualquier caso siempre y en cada caso a una especie de des-uniión personal sufrida y vivida como un trastorno” (Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 1).

⁶⁸ Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 7. El paciente que sufre, sostiene asimismo Ricoeur, siente y atestigua ante el psicoterapeuta su incapacidad, su experiencia de no poder actuar en menor o mayor grado. “Con la disminución del poder obrar, dice Ricoeur, sentida como una disminución del esfuerzo por existir, comienza el reino propiamente dicho del sufrimiento” (Ricoeur, P., *Sí mismo como otro*, cit., p. 355). En este sentido se puede afirmar que la psicopatología se corresponde con una disminución de potencia, incluso, en casos graves, con una privación de potencia.

⁶⁹ Arciero, G., Bondolfi, G., Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 7. Sobre el sentido de la historia y la idea de huella, dice Ricoeur: “ Toda la eficiencia del pasado está contenida en sus huellas, sus vestigios, sus marcas; pero sus huellas permanecen mudas y muertas si no somos capaces de tratarlas como tradiciones, es decir, una vez más, como formas de transmisiones mediatizadoras gracias a las cuales el pasado se dedica otra vez a vivificar el presente” (Ricoeur, P., *Educación y Política. De la Historia Personal a la Comunidad de Libertades*, cit., p. 70).

los caminos ocultos, para interrogar las huellas y los signos en las configuraciones de experiencia que vienen poco a poco a la luz, reorientando la indagación”⁷⁰.

Este vérselas con el pasado en confrontación con la situación actual de padecimiento implica, en términos generales, que el paciente acceda a una verdad diversa sobre sí mismo, que su vida gane familiaridad consigo misma adquiriendo un grado diverso de coherencia y cohesión con las propias vivencias. Ello supone que “el acto terapéutico toma forma a través de las palabras: pretende restaurar la capacidad del paciente para hacerse cargo de su experiencia renovando el sentido y el movimiento de la vida que han sido restringidos por el trastorno”⁷¹. De esta manera, la ipseidad es afectada y renovada por la interpretación y reapropiación de aquellas huellas perdidas, de modo que conlleve, a efectos terapéuticos, una transformación efectiva en la vida del sí mismo, un cambio de posición con respecto a sí mismo y al mundo propio, un *quien* que al término de la terapia sea capaz de asumir y relacionarse con su pasado abriendo su existencia a un nuevo movimiento de comprensión y que, al mismo tiempo, tome nuevas direcciones con respecto a su porvenir. Así, mientras la vida recobra la movilidad que le es propia y el cuerpo recupera la “invisibilidad” natural y sus posibilidades de acceder y estar involucrado en el mundo de manera espontánea, el paciente logra, a través de la relación terapéutica, un estado suficiente de capacidad como para poder comenzar a abrir un nuevo horizonte de expectativas y recuperar la propia libertad.

Al hilo de esta breve exposición, en la que se muestran las líneas básicas de la psicoterapia fenomenológica planteada por Arciero y colaboradores, se hace evidente cómo este enfoque pone en juego los elementos característicos de la espiritualidad ricœuriana.

Primero: el cuidado de sí del paciente exige un método terapéutico mediado por la búsqueda e interpretación de indicios, marcas, huellas, concebidas como expresiones del sí mismo, que se imprimen en el mundo y en cada evento de nuestra existencia. “¡Somos el texto-viviente a re-interpretar cada vez a la luz del mundo!”⁷², afirman Arciero y colaboradores. Puesto que el paciente no es un “yo” sino un “sí”⁷³, que se aleja y se

⁷⁰ Arciero, G, Bondolfi, G, Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 6. Al respecto dice Ricoeur: “la noción de eficiencia del pasado ilumina una paradoja que despista; a saber, que el pasado, al haber desaparecido, escapa a toda captación y, sin embargo, en tanto conservado en sus huellas, nos obliga a corregir sin cesar las construcciones que elaboramos sobre él a fin de obtener una aproximación cada vez más cercana a lo que efectivamente sucedió” (Ricoeur, P., *Educación y Política. De la Historia Personal a la Comunión de Libertades*, cit., p. 70).

⁷¹ Arciero, G, Bondolfi, G, Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 7.

⁷² *Ibíd.*, capítulo 5.

⁷³ Dependiendo de los enfoques terapéuticos practicados por las distintas escuelas de psicología, Arciero y colaboradores sostienen que el paciente ha sido considerado “como un sistema de experiencias, un yo centro de los actos intencionales, una organización de patrones recurrentes, un sistema de creencias y de deseos, un sistema de elaboración de informaciones”, que vienen a ser distintas nociones psicológicas a través de las cuales el terapeuta concibe al paciente bajo el signo de “lo mismo”, de algo inalterable, inmutable y permanente a lo largo del tiempo. (*Ibíd.*, capítulo 4).

pierde a sí mismo en la medida que es un ser capaz de desplegar actos en el mundo, el desvío por las propias huellas permite la aprehensión y configuración de un discurso terapéutico capaz de revelar una nueva verdad sobre sí mismo, para así, de sesión en sesión, movilizar la ipseidad, esto es, lograr que el paciente asuma una nueva posición, tome la iniciativa, se ponga en marcha hacia sí mismo⁷⁴.

Segundo: la apuesta por una psicoterapia donde las condiciones de acceso a la verdad no se emancipen de la preocupación del cuidado del sí. Esta nueva articulación de autoconocimiento y cuidado viene precedida de un cuestionamiento profundo de aquella psicología científica y de las formas de psicoterapia que, inspiradas en la filosofía cartesiana y post-cartesiana, han mantenido el divorcio entre la *epimeleia heautou* y el *gnôthi seauton*. Según señalan los autores del volumen que comentamos, “sobre esta nueva base, que marca el comienzo del pensamiento moderno, se establece el nexo entre la verdad del sí y la verdad de la razón, mediada por el acto reflexivo y la teoría que la guía, que ha permanecido como el fundamento de la psicología y las psicoterapias contemporáneas”⁷⁵. Para unas modalidades de psicoterapia teóricamente orientadas, así denominan Arciero y colaboradores aquellas prácticas de la cura que tratan la experiencia del paciente como un objeto gnoseológico conforme a los principios teóricos a priori articulados por cada escuela de psicología, el modo de acceder a la verdad del paciente precisa simplemente del conocimiento, de la verdad de la razón, de la reflexión sobre sí, sin necesidad de que el paciente se ponga en tela de juicio o cambie de posición con respecto a sí mismo y al mundo. La llegada del “momento cartesiano” a la Psicología ha derivado en una implementación práctica de la misma donde “el conocimiento de sí mismo reemplaza así el cuidado de sí mismo”⁷⁶.

La psicoterapia fenomenológica, por el contrario, conlleva que el paciente realice cambios a través de los cuales sea posible acceder a una nueva verdad sobre él mismo, generando una continua dialéctica entre la *epimeleia heautou* y el *gnôthi seauton* durante todo el proceso terapéutico. Requiere –en palabras de Arciero y colaboradores– “que la persona que desea acceder a sí mismo, en primer lugar, lleve a cabo algunas transformaciones, y cambios de posición, a fin de generar una nueva apertura de la verdad sobre sí mismo a través de este trabajo sobre sí mismo. Como consecuencia del cambio de posición de la persona respecto a sí mismo, este nuevo acceso produce a su vez algunos efectos de rebote que modifican el ser presente del sujeto, creando una especie de círculo virtuoso”⁷⁷. Encontramos aquí el mismo principio fundador de la antropología filosófica de Ricœur: “ocuparse de sí para conocerse mejor; conocerse para ocuparse mejor de sí”⁷⁸.

⁷⁴ Ibíd., capítulo 6.

⁷⁵ Ibíd., prólogo.

⁷⁶ Ibíd., capítulo 11.

⁷⁷ Ibíd., prólogo y capítulo 11.

⁷⁸ Michel, J., “El cuidado de sí y el cuidado de los otros”, cit., p. 160.

Tercero: a través del sufrimiento, el paciente es convocado al cuidado de sí mismo, en la medida en que, dada la alteración de la movilidad de su vida y del cuerpo propio, se halla envuelto en una condición limitante para realizar plenamente su vida. Los reiterados fracasos a la hora de abordar y aliviar los síntomas que padece, y que impiden a *quien* sufre relacionarse con el mundo y los otros en toda su amplitud, derivan en un proceso creciente de “desmoralización” o ineficacia para liberarse del sufrimiento⁷⁹. Aún más, el “descuido del alma”, si se me permite la expresión, se desvela por la modalidad en que se le muestran las cosas y el mundo, implorando bajo el signo del sufrimiento una nueva comprensión para la misma. Tal condición de desmoralización, característica de los pacientes que vienen por primera vez a consulta, generando con ello que sus primeros discursos contengan afirmaciones tales como “no puedo hacer esto o lo otro”, se asemeja a aquella condición, advertida por Ricoeur, en la que la estima de sí de determinados dolientes resulta amenazada o deficitaria, en mayor o menor grado. “Es este coraje de ser, dice, el que está efectivamente afectado en la enfermedad mental bajo figuras variadas que perturban el *Selbstgefühl*, según la nosografía compleja de la psicosis y de la neurosis”⁸⁰.

Cuarto: el cuidado de sí es mediado por el otro, que, encarnado en la figura del psicoterapeuta, es requerido en el camino que va de la disminución del poder del paciente a la restauración de sus posibilidades distintivas. A través de ese “amigo bien intencionado con una pasión por la curación”⁸¹, así caracterizan Arciero y colaboradores al profesional que cuida del cuidado de *quien* sufre, el paciente dice, hace, recuerda, narra, proyecta, se compromete y se hace cargo de sus experiencias vividas. Todas estas acciones suponen facultades, necesarias para la práctica de la psicoterapia fenomenológica, que forman parte del cuadro de capacidades básicas que se propone en *Caminos de reconocimiento*. Puestos estos poderes en ejercicio, no sólo el paciente se reconoce a sí mismo como un ser capaz de desplegar acciones en el mundo, sino que sus realizaciones encuentran plena expresión en el reconocimiento de las mismas por parte del clínico. La ipseidad del paciente es así afectada y renovada por una relación terapéutica mantenida con un otro distinto de sí, no teniendo la alianza mantenida entre ambos otro objetivo que la cura de sí del paciente, la cual supone “una transformación de la que cada persona debe hacerse cargo a través del esfuerzo sostenido de trabajar sobre sí mismo con el apoyo del terapeuta [...]. En este sentido, el cuidado de sí mismo requiere la palabra del otro: el discurso de otra persona que, para demostrar ser terapéutico, debe ser capaz de revelar la verdad sobre sí mismo”⁸².

⁷⁹ Arciero, G, Bondolfi, G, Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., capítulo 7.

⁸⁰ Ricoeur, P., *Lo justo 2. Estudios, lecturas y ejercicios de ética aplicada*, cit., p. 181.

⁸¹ Arciero, G, Bondolfi, G, Mazzola, V., *The foundations of phenomenological psychotherapy: The care of self and non-rationalist psychology*, cit., prólogo y capítulos 7 y 11.

⁸² *Ibid.*, capítulo 11.