

Título del trabajo: Ontología del vínculo con otro ser humano

Nombre autor: Manuel Humberto Payno Fuentes

Web: www.humbertopayno.com

País de Procedencia: México

Presentado en: VII Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial. Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial, ALPE. Noviembre 2014. Bogotá, Colombia.

Resumen:

En el momento en que una persona conoce a otro ser humano se inicia un vínculo, mismo que va produciendo una identidad cambiante durante el tiempo. En este encuentro, la persona se relaciona con lo que ve físicamente en la otra persona con y desde toda su circunstancia existencial.

Me refiero como *Circunstancia existencial* de la persona a todo lo que le ha pasado en su historia, lo que está viviendo en el presente y lo que espera de su futuro. Esto, en todos los ámbitos de su vida: el familiar, el social, el de su salud y otros, todos ellos con sus influencias culturales.

En la forma de ir enfrentando y afrontando las similitudes y las diferencias que generan conflicto, es como se va construyendo y co-construyendo la identidad del vínculo y da lugar a la *Ontología del vínculo con otro ser humano*.

Palabras Clave: Ontología, Vínculo, Identidad, Ser humano, Circunstancia existencial.

Ontología del vínculo con otro ser humano

*En la forma de ir enfrentando y afrontando el conflicto
la persona va construyendo y co-construyendo
la identidad ante sí misma y ante los demás.*

Humberto Payno

Introducción

En mi práctica profesional como psicoterapeuta en sesiones individuales, de pareja, de familia y grupales he reafirmado constantemente el paradigma relacional de la Psicoterapia Existencial en el sentido de que *no hay nada que no sea relacional*¹

Precisamente, a partir del primer momento en que se conocen dos personas, cada una de ellas ya viene con una historia y experiencia de vida desde el momento que empiezan a interactuar y durante todo el tiempo que permanezca la relación. Aún después de algún tipo de ruptura o transformación de su relación, continuará un vínculo que evoluciona e incide en las respectivas identidades o *Self*² o *Ser* o *Ir Siendo*³ de las personas, aunque sea a la distancia y en el recuerdo.

Me he percatado de que el vínculo también *va teniendo* una identidad cambiante en forma análoga a como se va transformando la identidad de los individuos que lo integran, dando lugar a la **Ontología del vínculo con otro ser humano**⁴

Algunos cuestionamientos que se busca atender son: Los conflictos que se presentan en la relación ¿cómo inciden en la identidad del vínculo?, ¿cuáles son los principios que se desean fortalecer en el vínculo?, ¿cómo te gustaría que fuera tu vínculo?, ¿qué identidad deseo construir y co-construir en el vínculo que estoy poniendo atención? ⁵

Metodología

¹ El paradigma relacional en *Psicoterapia Existencial. Teoría y práctica relacional para un mundo post-Cartesiano* (Martínez Robles, 2012, p. 223)

² *Self*.- Función que permite a la persona tomar lo que necesita del campo, organismo y medio ambiente, al ser ella parte del mismo medio ambiente; si no hay función de contacto no hay *self*; el *self* se da en la frontera de lo conocido y lo desconocido; en el momento del contacto es cuando se da el significado. Véase: Contacto: "aquello que ocurre en el límite del organismo y el entorno, en el encuentro del sí mismo y el otro" (Kepner, 1992, p. 163) y, "lo que designa los fenómenos que se despliegan entre un organismo dado y su entorno, entre un sujeto y lo que no es él" (Robin, 1999, pp. 54 y 197).

³ Utilizo el gerundio ya que todos los seres humanos estamos en permanente transformación.

⁴ Preciso el término Ontología como el proceso integral durante el cual la persona va construyendo la identidad de su *Yo* o su *Ser* o su *Ir Siendo* de sí misma, ante sí misma, ante su entorno y en relación permanente con la otredad.

⁵ Deseo expresar mi gratitud a Rosario Camus, a Eduardo González de Luna y a Mario Salgado Ruelas por sus aportaciones en las discusiones académicas de este escrito. También, a todos los *crecientes* de quienes he venido recibiendo grandes enseñanzas durante sus procesos de psicoterapia.

Observación, generación de hipótesis, experimentación sobre los hallazgos que iba encontrando actualizando los postulados y las intervenciones y, escribiendo las notas de los procesos y resultados cualitativos. He aplicado estos conceptos en la población con la que he trabajado desde el 2005 a la fecha, misma que asciende a más de 3000 personas durante este período.

Lo anterior con el apoyo de diversos enfoques psicoterapéuticos y de crecimiento humano, principalmente de la Psicoterapia Gestalt, de Coaching y de la Psicoterapia Existencial.

El poner atención frecuente a la identidad del vínculo que se va construyendo y co-construyendo entre el *creciente*⁶ o los *crecientes* y el psicoterapeuta fue reforzando el proceso del *darse cuenta* con un grado mayor de *consciencia*⁷, lo cual ayuda en la responsabilidad y construcción del rumbo y decisiones propias del proceso psicoterapéutico.

Marco teórico

La **Ontología del vínculo con otro ser humano** surge principalmente del marco filosófico y práctico de la Psicoterapia Gestalt, del Coaching Ontológico y de la Psicoterapia Existencial.

La participación en el V Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial con el tema *Co-construyendo nuestra identidad existencial. De la filosofía a la práctica* (2012), también me aportó elementos que ayudan a visualizar la construcción y la identidad de la relación *creciente-terapeuta* durante el encuentro psicoterapéutico. Las influencias del libro *Psicoterapia Existencial* de Yaqui Martínez con relación a los conceptos *Fenomenología Existencial*⁸ y sobre *El paradigma relacional*⁹ entre muchos otros aspectos, ha sido significativo para la comprensión del proceso de la co-construcción de la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.

Asimismo, incorporo como marco teórico, el modelo de abordaje psicoterapéutico *Ontología de la Congruencia* que presenté en VI Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial, en lo referente a la construcción ontológica de la identidad. El modelo *Ontología de la Congruencia* se focaliza en la construcción de la identidad a partir del grado de congruencia de la persona con los siete elementos de la congruencia ahí descritos^{10 11}

⁶ Retomo el término de *Creciente* a partir de una reflexión con Nuri Brun ante el simbolismo limitado que se da en México y que es poco representativo para asociarse a términos como paciente o cliente.

⁷ Cuando menciono el término *consciencia* (con 'sc') me refiero al proceso de darse cuenta de algo en el sentido de un aprendizaje significativo consciente a diferencia del término *conciencia* relativo a un estado de conciencia como el de vigilia, el estar dormido, etcétera. Ej. En el estado de *conciencia* de meditación se puede expandir la *consciencia*.

⁸ Martínez Robles, 2012, pp. 110-115.

⁹ Ibidem, pp. 229-263.

¹⁰ Los siete elementos de la Congruencia que se manejan en el modelo *Ontología de la Congruencia* son: Pensamiento, Lenguaje, Acción, Sentimiento, Principios Éticos, Intención y Energía del Amor Universal.

Postulados básicos

Primer Postulado.- Todo lo que acontece a un individuo es relacional¹². El individuo está en permanente interacción con su historia, su experiencia de vida, su contenido genético, su salud, su emocionalidad, sus deseos, su situación económica, su cultura, su entorno, su grado de consciencia de lo que está viviendo, lo que en el presente desea para su futuro, entre otros aspectos.

Segundo postulado.- El vínculo con otro ser humano tiene una identidad ontológica análoga a la de los individuos sin pretender cosificar al vínculo. El vínculo no tiene corporeidad como pulmones ni huesos, pero sí tiene en común una cultura, una ética, una historia, experiencias, proyectos, amistades, economía, grado de armonía, entre otros. De ahí que en ocasiones se le llega a poner un nombre a la relación como relación Destructiva, Ejemplar, Sana, Nutricia, etcétera. Independientemente de la identidad de cada uno de los individuos que forman el vínculo.

Tercer postulado.- El vínculo entre las relaciones humanas tiene una identidad que es cambiante y se va co-construyendo con toda la *circunstancia existencial* de cada uno de sus integrantes. Simultáneamente se van co-construyendo las identidades individuales.

Cuarto postulado.- El identificar la identidad del vínculo ayuda en el proceso de la construcción y transformación consciente de la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.

Quinto Postulado.- Existen tres ámbitos de la consciencia en los seres humanos: Consciencia corporal, Consciencia emocional y Consciencia mental. Les denomino *Radares Internos de Consciencia*¹³ Su interrelación consciente favorece el proceso del aprendizaje significativo en el *Aquí y Ahora*.

Dentro de la fenomenología de la percepción, el ir incorporando estos tres ámbitos de la Consciencia, fortalece la capacidad del proceso de crecimiento. También ayuda a tener mayor cantidad y calidad de elementos conscientes para la construcción de la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.

Circunstancia existencial de la persona

Una persona es mucho más de lo que podemos percibir en ella desde una mirada momentánea en el presente. Una persona está siendo el resultado de infinidad de aspectos

¹¹ Paradoja relacionada con la *circunstancia existencial*, la unicidad y la igualdad: No hay dos individuos iguales a lo largo de la historia de la humanidad y al mismo tiempo todos somos iguales. Por ejemplo, aunque dos hermanos gemelos idénticos sean idénticos físicamente, tienen infinidad de diferencias durante su *Ir Siendo* en sus vidas y por otro lado, todos los seres humanos a lo largo de la historia de la humanidad, somos iguales al necesitar afecto y reconocimiento.

¹² Martínez Robles, 2012, p. 233.

¹³ El texto de los *Tres Radares Internos de Consciencia* en formato PDF, Disponible en: <http://www.humbertopayno.com/Radares%20internos%20de%20Consciencia.pdf> [2014, 2 de octubre].

interactuantes y en constante cambio, tanto en los planos físicos, como emocionales y mentales. Figuras A, B y C.

Algunos componentes del *Ir Siendo* de la persona

- Familia
- Amistades
- Salud
- Economía
- Ética
- Cultura
- Metas
- Miedos
- Anhelos
- Proyecto vida
- Gustos comida
- Gustos arte
- Motivaciones
- Otros



Figura A

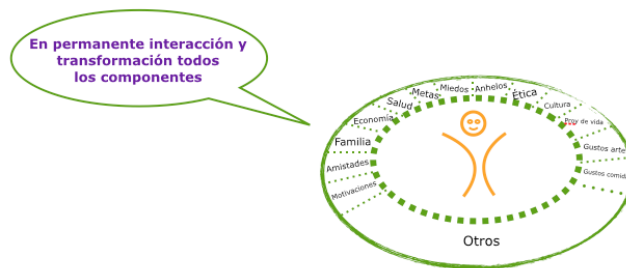


Figura B

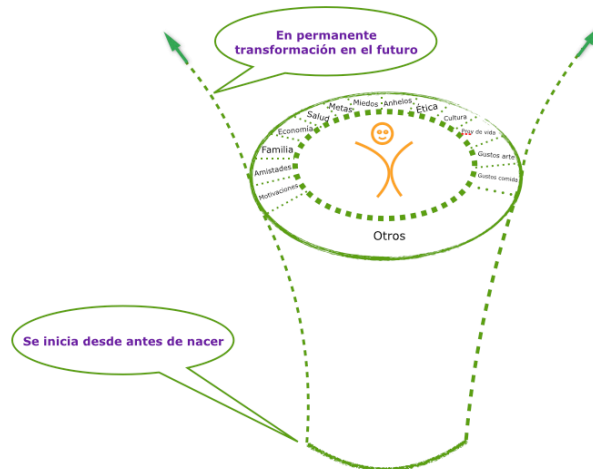


Figura C

Por ejemplo, en el plano físico está su estructura genética individual; sus influencias físicas durante su proceso de gestación; la evolución de su cuerpo estará influenciada por el resultado de sus hábitos alimenticios, las secuelas de enfermedades que haya padecido; en su cuerpo también se reflejará la actividad física que realice si es una persona sedentaria o deportista; igualmente incidirá en su físico la calidad del contexto ambiental y ecológico en donde habita, entre otros aspectos. A su vez, la persona va incidiendo físicamente en su entorno de muy diversas maneras.

En forma similar, en el ámbito emocional, el individuo *está siendo* resultado de su estructura genética, de su aprendizaje a lo largo de toda su vida sobre cómo relacionarse con sus sentimientos (si los niega, los reprime, los anestesia o los escucha), tanto por sus procesos individuales como por las influencias de su entorno. Asimismo, la persona va resonando con cada uno de sus sentimientos y emociones en el entorno en que se vaya encontrando.

De forma semejante, en el plano mental, el individuo *va siendo* resultado de los aprendizajes obtenidos de sus reflexiones individuales y de los construidos mediante sus interacciones familiares, académicas y con la sociedad en su conjunto. Los proyectos que la persona tiene en el presente para su futuro también inciden en su presente. De esta forma, la persona va conformando su postura ideológica y filosófica ante su vida e incidiendo en su contexto social directa e indirectamente.

Adicionalmente, existen Capas de interioridad en los individuos. Me refiero a los diferentes grados de conocimiento que tienen los demás sobre una persona o la persona sobre sí misma. Por ejemplo, en una *capa* muy exterior los demás podrán ver en forma inevitable si es de estatura alta o baja, delgada o robusta, etcétera. En una *capa* más interna habrá cosas que únicamente algunas personas conozcan del individuo. En la *capa* más profunda únicamente la persona conoce ciertas cosas de sí misma. Figura D.

Capas de interioridad del *Ir Siendo* de la persona

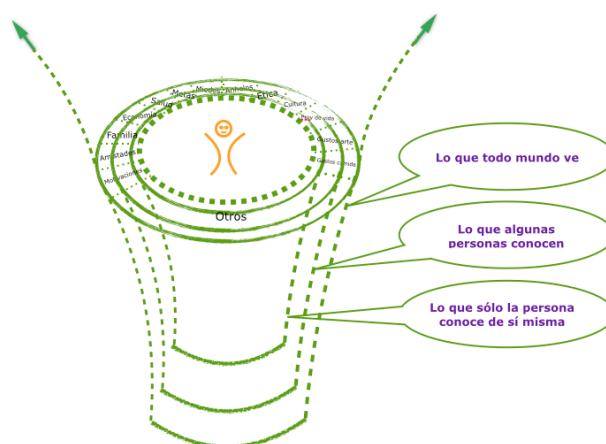


Figura D

Encuentro con otro ser humano

Hay momentos en la vida que llegan a ser muy significativos y pueden cambiar radicalmente el rumbo de las personas. Me refiero ahora a ese instante o momento en que conocemos por primera vez a otro ser humano. A veces este evento llega a significar un acontecimiento en la vida de algunas personas que suelen decir: "antes de conocerle mi vida era..." y "después de conocerle mi vida cambió en..." A este suceso le llamo *Fenomenología del encuentro con otro ser humano* por toda la complejidad que acontece o llega a acontecer durante este proceso. Figura E.

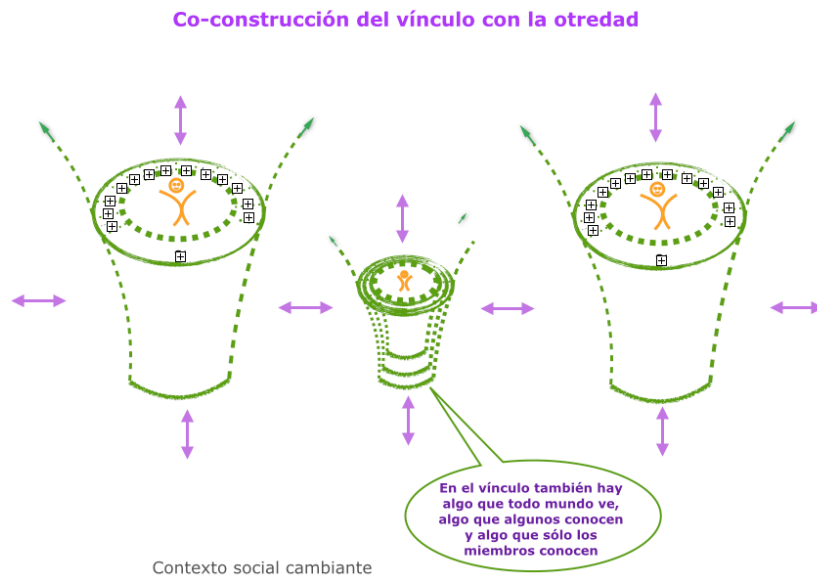


Figura E

En el instante del encuentro con otro ser humano nace una nueva relación, nace un nuevo vínculo. Este nuevo vínculo no sólo se va formando con lo que a primera vista ve el uno del otro, sino que inevitablemente se van a ir relacionando desde absolutamente toda la *circunstancia existencial* de cada uno de ellos.

Este nuevo vínculo va a irse construyendo y co-construyendo por sus integrantes dando lugar a una **Ontología de ese vínculo con el otro ser humano**. Va teniendo también una identidad cambiante, se va a ir construyendo co-construyendo en forma similar a la construcción del *Ser* o *Self* de los individuos que lo conforman y con las influencias culturales del contexto social al que pertenezcan. Igualmente, el vínculo irá influyendo en el entorno. Se podrá hablar del *Self* del vínculo.

Si bien el vínculo no es una persona física y, sin pretender cosificarlo, sí va teniendo muchas características similares a las de un ser humano como un nacimiento, un crecimiento, un proyecto de vida, un grupo social de pertenencia, principios éticos explícitos e implícitos,

una economía en común; además estará sujeto a las envidias o aprobación del entorno, irá formando su propia cultura, tendrá un grado de salud o armonía-discordia, tendrá su círculo de amistades y su familia elegida, se irá transformando en el tiempo y, todos sus componentes estarán en permanente cambio e interacción.

De hecho, socialmente se acostumbra ponerle nombre a la identidad del vínculo como cuando se denomina una relación Ejemplar, Honesta, Divertida, Comprometida, Trascendente, Caótica, Agresiva, Destructiva, Codependiente, entre otras. También va teniendo su propia identidad, por ejemplo, sus miembros pueden ser maravillosas personas y la relación ser Caótica; en otro caso, el que sus miembros pertenezcan a comunidades delictivas de alto impacto y su relación se puede identificar como Amorosa, Ejemplar, Cuidadosa, etcétera.

Asimismo, el vínculo tiene *Capas de interioridad* en forma similar a las de los individuos. Tiene una *capa* externa que todas las personas pueden ver en la relación, es decir, si es una relación que se identifica como Agresiva o Amorosa; una *capa* más interna en donde sólo algunas personas conocen lo que acontece en la relación y una *capa* profunda en donde únicamente los integrantes del vínculo conocen.

Es importante hacer notar que la forma en que los integrantes del vínculo van enfrentando y afrontando los conflictos naturales de la coexistencia y aún más frecuente, en una relación de pareja al estar interactuando la totalidad de su *circunstancia existencial* en forma más directa, se irá construyendo y co-construyendo la identidad del vínculo. Si van minimizando y postergando los conflictos irán acumulándose y de esta forma irán construyendo una relación Distante, Desconfiada, Insegura. En el caso en donde sus integrantes van abriendo, dialogando y trabajando en los problemas que vayan surgiendo, irán construyendo y co-construyendo un vínculo Fuerte, Comprometido, Responsable, Cuidadoso y Respetuoso.

Una herramienta importante para incrementar la calidad y calidez durante los diálogos de los integrantes del vínculo es el ejercitar y fortalecer lo que denomino *Empatía dinámica*¹⁴

Algunas preguntas significativas

Independientemente de los motivos por los cuales se pueda acudir a un proceso de psicoterapia, les comparto algunas preguntas que me han sido útiles en el espacio de psicoterapia individual, de pareja o grupal durante la construcción del *Self o Ser o Ir Siendo* del vínculo, ayudando a la co-construcción de la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.

¿Te satisface tu vínculo?

¿Cómo te gustaría que fuera tu vínculo?

¹⁴ Me refiero como *Empatía dinámica* a la capacidad de estar consciente, desde mi percepción e intuición, sobre lo que le pueda estar sucediendo a la otra persona a niveles físicos, emocionales y mentales con todo lo que le estoy expresando, como si yo estuviera en la *circunstancia existencial* de la otra persona.

¿Te abres al encuentro con otro ser humano como deseas?

¿Cuáles nombres le darías en este momento a tu vínculo existente en sus primeras semanas de conocerse?

¿Cuáles nombres le darías a tu vínculo ahora?

¿Cuáles nombres te gustaría que tuviera tu vínculo?

¿Qué tienes y tienen que hacer y dejar de hacer para que su vínculo tenga el nombre o nombres que deseas y desean?

¿Qué nombres le dan los demás a tu vínculo?

¿Qué aspectos de tu vínculo deseas que únicamente tu pareja y tú conozcan?¹⁵

¿Qué es lo que a ti y a tu pareja les gustaría supieran algunas personas elegidas?

¿Tienen un Proyecto de Vida como pareja?

¿Qué aspectos de tu vínculo te gustaría mostrar e influir a la sociedad en su conjunto?

¿Qué te gustaría ir incorporando de tu contexto social a tu vínculo?

¿Cuáles principios éticos deseas fortalecer en tu vínculo?

¿Cómo deseas ir resolviendo los conflictos en tu vínculo?

Ontología del vínculo en grupos humanos

Así como en la relación de pareja y con la otredad se va construyendo y co-construyendo un vínculo a partir del momento en que se conocen dos individuos con toda su *circunstancia existencial* que tienen, en una familia o comunidad cada uno de sus integrantes tiene una *circunstancia existencial* que se relaciona con la de cada uno de los demás integrantes de la comunidad, lo que da como consecuencia de estas interacciones una identidad o *Self* o *Ser* o *Ir Siendo* durante un proceso de construcción y co-construcción a lo que denomino **Ontología del grupo** o de la comunidad. Figura F.

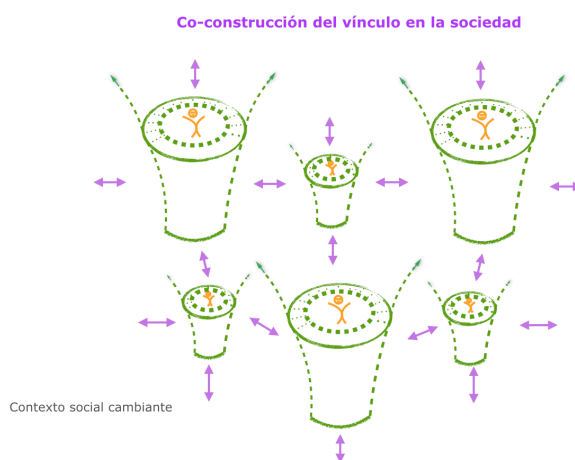


Figura F

¹⁵ Cuando menciono el vínculo de pareja en estas preguntas, también se puede aplicar a los vínculos con otros miembros de la familia, de las amistades, entre otros.

Asimismo, cada comunidad tiene su *circunstancia existencial* que la identifica con su identidad particular y al interactuar con otras comunidades con sus respectivas identidades van generando una identidad de ese grupo de comunidades. A este proceso se podría denominar la construcción y co-construcción de una **Ontología de los grupos sociales**.

Este enfoque puede ser de utilidad en el campo de la investigación de la Psicología Social o lo que se le podría llamar Psicología Social Existencial.

Conclusiones

El incorporar en un proceso de psicoterapia la visión y percepción de la **Ontología del vínculo con otro ser humano** durante el encuentro con otra persona, pareja, familia o grupo ayuda significativamente en diversas formas. Por ejemplo:

- Ayuda a fortalecer la claridad y la calidad de la relación *creciente*-psicoterapeuta.
- Ayuda a fortalecer la *Empatía dinámica* en la relación.
- Ayuda a incrementar la claridad de lo que el *creciente* o *crecientes* desean y no desean en su vida.
- Ayuda al *creciente* o *crecientes* a tener mayor grado de *consciencia* para poder tomar mejores decisiones durante el *Ir Siendo* de su o sus vidas.
- Ayuda en la construcción y co-construcción de la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.
- En la forma de ir enfrentando y afrontando las similitudes y las diferencias que generan el conflicto entre las personas es como se va a ir construyendo y co-construyendo la **Ontología del vínculo con otro ser humano**.

“Soy el que estoy Siendo”

Bibliografía:

- Echeverría, Rafael. (2007). *Ontología del lenguaje*. Ed. Granica. Buenos Aires, Argentina.
- Frankl, Viktor E. (1994). *El hombre en busca de sentido*. Ed. Herder. Barcelona, España.
- Keen, Sam. (1994). *El lenguaje de las emociones. Una guía positiva de nuestra vida interior*. Ed. Paidós. Buenos Aires, Argentina.
- Kepner, James I. (1992). *Proceso corporal. Un enfoque corporal para el proceso*. Ed. El Manual Moderno. México, D. F.
- Martínez Robles, Yaqui Andrés. (2012). *Psicoterapia Existencial. Teoría y práctica relacional para un mundo post-Cartesiano*. Ed. D. R. Tigris. México, D. F.
- Moreno, Salvador. (1979). *El aprendizaje significativo*. Ed. El Manual Moderno. México.
- Muñoz Polit, Myriam. (1995). *La sensibilización Gestalt, Una alternativa para el desarrollo humano*. Ed. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt. A. C. México, D. F.
- Naranjo, Claudio. (1995). *La vieja y novísima Gestalt, Actitud y práctica*. Ed. Cuatro Vientos. Santiago de Chile.
- O'Connell, Vincent. (1993). *Psicoterapia de crisis: La persona, el diálogo y el suceso orgánico*. En *Teoría y técnica de la Psicoterapia Gestáltica* de Fagan, Joen y Shepherd, Irma. Amorrortu Editores. Buenos Aires. Argentina.
- Payno, Humberto. (2001). *El VIH/SIDA y la Psicoterapia Gestalt*. Ed. revista Figura / Fondo del Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt, A.C., Volumen 5 N° 1 Año 2001, México, D. F.
- Payno, Humberto. (2002). *Psicoterapia de Red de apoyo*. México, D. F. Disponible en: www.humbertopayno.com [2014, 2 de octubre].
- Payno, Humberto. (2010). *Comunicar algo importante a alguien importante*. México, D. F. Disponible en: www.humbertopayno.com [2014, 2 de octubre].
- Payno, Humberto. (2013). *Coaching de Pareja Ontológico*. México, D. F. Disponible en: www.humbertopayno.com [2014, 2 de octubre].
- Payno, Humberto. (2013). *Ontología de la Congruencia*. VI Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial y VII Jornadas de la Fundación CAPAC, ISSN: 2346-934X. Mendoza, Argentina. Disponible en: www.humbertopayno.com [2014, 2 de octubre].
- Payno, Humberto. (2014). *Radars Internos de Consciencia*. México, D. F. Disponible en: www.humbertopayno.com [2014, 2 de octubre].
- Perls, Fritz. (1997). *El enfoque gestáltico y testimonios de terapia*. Ed. Cuatro Vientos. Santiago de Chile.
- Polster, Erving y Miriam. (1997). *Terapia Gestáltica*. Amorrortu Editores. Buenos Aires. Argentina.
- Robine, Jean Marie. (1999). *Contacto y relación en psicoterapia, Reflexiones sobre Terapia Gestalt*. Ed. Cuatro Vientos. Santiago de Chile.
- Rogers, Carl R. (1997). *El proceso de convertirse en persona*. Ed. Paidós. México.
- Rogers, Carl R. (1997). *Grupos de encuentro*. Amorrortu Editores. Buenos Aires. Argentina.
- Schnake, Adriana. (1995). *Los diálogos del cuerpo, Un enfoque holístico de la salud y la enfermedad*. Ed. Cuatro Vientos. Chile.
- Stevens, John. (1998). *El darse cuenta, sentir, imaginar, vivenciar*. Ed. Cuatro Vientos. Chile.
- Yontef, Gary. (1997). *Proceso y diálogo en Gestalt. Ensayos de terapia gestáltica*. Ed. Cuatro Vientos, Santiago de Chile.
- Zinker, Joseph. (1997). *El proceso creativo de la Terapia Gestáltica*. Ed. Paidós Mexicana. México.