

Del de-velar el Inconsciente al re-velar el Ser

Lic. Andrés Sánchez Bodas

“En la mismidad esta el sentido del Ser. Cuando se está alejado de ella, el sin sentido amenaza al Ser, cuando este, se siente amenazado, se defiende, o ataca, se repliega, deprime o agrede”- Andrés Sánchez Bodas – “El Enfoque Holístico Centrado en la Persona” Editorial Lea- 2005

Intención

Lo que pretendo en este escrito, es dejarme interrogar por la/mi, fe perceptiva, desde donde la conciencia que me posee como humano que soy, me lleve a explorar acerca de la condición que nos constituye como lo que somos. Debo aclarar que cuando hablo de conciencia, no lo hago en los términos de la clásica psicología (conciencia de sí mismo) o desde el psicoanálisis (lo consciente) sino desde donde se la conceptualiza como una corriente vivencial humana que nos circula y nos hace ser quienes somos. Desde allí, y en la búsqueda de un concepto que de más y mejor cuenta de mi posición, me permito hacer una serie de reflexiones críticas de la metáfora medica que implica, en su utilización terapéutica el concepto de inconsciente. En relación a lo dicho y lo que diré, en el artículo, y desde una metáfora deportiva, sé que voy a jugar fuerte y un partido difícil, sé que es muy difícil dejarse interrogar, sobre ideas paradigmáticas, desde las cuales la mayoría de mis colegas se basan. En realidad, lo que estoy queriendo hace tiempo, es poder fundamentar, un modo de mayor coherencia conceptual acerca del como entiendo la ayuda, la terapia, o como se la quiera denominar, a esa tarea que hacemos los profesionales, cuando las personas que sufren emocionalmente/sentimentalmente, nos piden que los aliviemos, y que les ayudemos a vivir mejor. Por otra parte, también sé, que lo que estoy describiendo no es nada nuevo, es quizás milenario, pero razones del mundo occidental, de la

era industrial, de esta necesidad de encontrar conceptos nuevos que den cuenta de quienes somos, y de que nos pasa, han hecho estas “instalaciones”, sobre las cuales se han construido edificios teóricos, que solo sostienen metáforas de poder, y que por ello se las considera y se la utiliza, porque, en este caso, el de los terapeutas, dan poder, el “poder de la cura”. Nuestra mirada, en cambio, se apuntala en el poder de la transformación compartida, en donde la relación terapéutica, entonces, debe pensarse y sentirse desde otra mirada, desde otro tramitar, conceptual y práctico. Ojala pueda ser claro, en que, veo lo humano como una constitución de texturas, que no significan que están inconscientes, ni ocultos, ni reprimidos. Están allí, entremezclados, y los que están más abajo, más atrás, están también más arriba, más hoy, más adelante, mezclados por el tiempo. Todo lo que somos, está allí y aquí, mezclado en una urdimbre, en un quiasma, todo está aquí en la carne, en el cuerpo que somos. Un cuerpo, una carne que por sus características genera una instancia, una vivencia, una experiencia, un elemento que le permite darse cuenta de sí mismo. Este acontecimiento, propio de la evolución genera la posibilidad de saberse y poder elegirse. Un saber, un conocer, desde el cual el organismo como un todo se hace cargo y desde allí emergen todas sus conductas y comportamientos. Por ello, mi mirada terapéutica no se apoya en develar lo oculto, ni deponer defensas, que dificultan que se haga luz, sobre alguna oscuridad que nos posee, sino en ayudar para que ese conocer se amplíe.

Vamos al texto:

Cuando los gametos, de nuestros padres se unieron, empezamos a ser un cuerpo. Un cuerpo en otro cuerpo, cuerpo en sí en desarrollo, con su general manera de sentir, en tanto cuerpo humano. Carne con todos, carne propia en tanto ADN que nos ligará con la cosa que es el mundo, el cual nos precede, en tanto está allí y aquí. Carne, huesos y fluidos, de similitudes ineludibles, con todos los que somos mamíferos humanos, con modalidades sensoriales y motrices similares, comunes

a la especie que somos. Carne, huesos y fluidos que se irán desplegando en el contacto, en la entrama cosa-mundo-nosotros que nos hace y nos hará ser, lo que somos y seremos hasta morir: seres biológicos, sociológicos, psicológicos y espirituales. Cuaternidad que nos constituye, sin un orden de importancia, todo junto, al mismo tiempo, tiempo de vida presente, todo el tiempo. Tiempo que transita, en las preguntas: ¿por qué aquí?, ¿por qué yo?, ¿por qué hay algo y no la nada?, ¿por qué sé de mi mismo?, ¿por qué sé que me voy a morir?, ¿por qué tengo un tiempo aquí?, ¿qué es el otro?, ¿qué es el mundo?, ¿cómo sé que el otro, es un semejante de mi misma especie? Preguntas, entre otras que confrontan el misterio que nos constituye, y de allí, con y desde esa vivencia existimos, en la angustia y la plenitud, en la tristeza y la alegría, en la carne, los huesos y los fluidos que somos. Nos contactamos, desde ese entonces, salimos al mundo, un mundo fetal, decimos hoy, no en ese entonces donde no decíamos, sino estábamos allí, instalados pre- reflexivamente. Desplegamos la biología, que nos constituye, crecemos, nos pasan cosas que el cuerpo registra, en sus distintos momentos evolutivos que van sumando vivencias. Un día nacemos, y ese cuerpo sensible, aun pre conceptual (en el sentido de conceptos reflexivos racionales estructurados por el lenguaje), nos sigue entramando con la cosa que luego nominaremos como mundo, con todos los ingredientes. Hoy, en nuestro presente, sabemos: luces, sombras, colores, sonidos, olores, otros cuerpos, sensaciones que agradan, otras que no. Nos acercamos a las que agradan, nos alejamos de las que no, a eso lo denominamos sabiduría organísmica. Nos poseen dos sentimientos, uno de alegría, otro de tristeza, el primero conectado al placer y la ganancia, el segundo al dolor o la pérdida. Nuestros sentidos mamíferos, están en acción para poder vivir; la pulsión de vida/tendencia a la actualización de los potenciales vitales/tendencia formativa, nos lleva hacia adelante. Conocemos ese mundo en el cual conviviremos, vamos tomando en cuenta, sin darnos cuenta y dándonos cuenta, de lo que nos hace bien y mal. Estamos aquí y allí, con las cosas que llamamos otros y cosas, de lo cual empezamos a saber y pre percibir,

nos falta nombrarlas, nos falta que nos digan como nombrarlas, pero ya sabemos de qué se trata, sino moriríamos.

A este saber, pre conceptual, pre racional, pre reflexivo, constituido vincularmente, entrelaza quiasmáticamente todas las variables, menos una, por ahora, el lenguaje reflexivo, a ese un otro saber, le he puesto un nombre: Mismidad, palabra que refiere a lo que somos, al Ser que somos siendo, en el espacio de lo pre-reflexivo que metafóricamente denomino como lenguaje propio o en términos de Merleu Ponty, lenguaje auténtico.

¿Por qué he mencionado que tenemos un lenguaje propio/auténtico y otro que denomino reflexivo o secundario?: porque casi siempre pasa que nos hablan, que además de tocarnos, alimentarnos y llevarnos de aquí para allá, emiten sonidos que se le llaman palabras, sonidos que indican algo en relación a algo que ya conocemos. Nos pasa que ya hemos visto una silla, una mesa, un perro, un gato, un almohadón, una cucharita, o un alimento. Somos mamíferos, como tales hacemos "imprinting", reconocemos datos que nos hacen saber de un semejante. Es por ello que atendemos, los sonidos que nos emite, sumados a ciertos gestos que indican que eso, que ya conocemos, tiene determinada vibración sonora. Vibración que sentimos y de una manera misteriosa, empiezan a salir por nuestra boca. Escuchamos sonidos agradables y que cuando decidimos que salgan de nosotros, nos tocan y se acercan, de una manera que esta buena. Así, según dicen, aprendemos a hablar, a usar lo que se llama lenguaje, a lenguajear (diría H. Maturana). En esa instancia todavía no sabemos de qué se trata, solo cada vez, que emitimos ese sonido, vamos viendo que refiere a esa cosa, cosas por ejemplo llamadas mamá, papá, silla, mesa, puerta, almohadón, perro, gato. En ese escuchar, hay un sonido, acompañado de gestos que se refieren a nosotros mismos. Se trata, de una vibración que penetra, de manera distinta, es lo que luego sabremos reflexivamente: nuestro nombre. Todo esto ya lo sabíamos, ya estábamos en el mundo, ya éramos mismidad. Ahora de a poco, esto que llamo

lenguaje reflexivo, nos permite pensar, y al ir nombrando, darle realidad compartida, a la que se le ha puesto el nombre de socialización. Algo más se nos impone, el empezar a nominar las imágenes que podíamos ver sin que estén presentes, eso se le llama imaginación. Ya imaginábamos, ya soñábamos, ya veíamos con imágenes lo no presente, ya sabíamos que eso que veíamos no estaba ahí sólido ante nosotros, estaba en otro lado, en un lado que a veces nos gustaba ver y otras nos asustaba. Ya teníamos lenguaje propio, desde el cual expresábamos nuestra experiencia, ahora se nos impone el social reflexivo.

Entonces empezamos a razonar, a ponerle nombres a lo que nos pasa con lo que nos pasa, y entramos en los procesos reflexivos, de los cuales somos conscientes, y cuando razonamos, pensamos, decimos, lo hacemos sabiendo a que nos referimos, ahora le decimos silla a aquella cosa que ya conocíamos experiencialmente.

Lo que era un conocer pre reflexivo, ahora se hace reflexivo, era conciencia en sí, ahora es conciencia para sí. Conciencia que se intenciona y se despliega en la urdimbre real-cosa-mundo-yo y viceversa.

Ya nos conocíamos, teníamos el saber que éramos Ser, y cuando empezamos a darnos cuenta de ciertos sonidos referidos a nosotros, se va haciendo nuestro nombre. En ese entonces, dejamos de auto referirnos en tercera persona y empezamos a hacerlo en la primera persona del singular.

Antes éramos EL/Ella, y decíamos nene/a quiere, él/ella quiere, ahora nos hacemos YO, y decimos yo quiero.

Nuestra Mismidad era “ellica”, corporal, pre reflexiva, experiencial, sabia en su sabiduría, indudable acerca, del bien o mal que queríamos y deseábamos.

Ahora tenemos nombre, yoicidad emergente del lenguaje social, personaje siendo en los otros, emociones primarias que se hacen sentimientos y conductas influidas, por la interacción transubjetiva.

Así se va haciendo nuestro devenir existencial, en esa entrama, complejizándose en los vínculos que vamos y nos van co constituyendo, en los saberes reflexivos que vamos integrando.

Ahora somos seres en el mundo con otros, nosotros, vosotros o ellos, en concordancia, con el tipo de relación que podamos establecer.

Nuestra mismidad esencial es incluida y se incluye en la yoicidad existencial, y siguen juntas, ahora siendo un todo que se auto constituye experiencialmente, palabra, esta última, (lo experiencial) que implica, incorpora y segrega, haciéndonos personas.

Somos seres experienciales, integrados al todo, demarcándonos de las cosas, desde el cuerpo (Carne nos diría Maurice Merleau Ponty), que nos porta y portamos, de allí nos con-portamos.

En este transitar, vamos aprendiendo, a significar simbólicamente lo vivido.

Esto, que llamamos Yo, refiere a la reflexión sobre sí mismo, sobre el nosotros, sobre todo al nombre que nos ponen que indica una identidad. Esta, nos coloca en un quiebre, en una falla, en el sentido de hendidura y como tal separa, irrumpe la "limpia" mismidad que éramos, la transforma y nos aliena.

Extraña paradoja donde el otro nosotros (la nostridad), nos es imprescindible en tanto aquello que nos hace humanos, nos aleja y nos acerca. A su vez, por ello creamos, amamos, producimos artefactos, hacemos la cultura y lo social.

Extraña paradoja, siendo una falla en el sistema ecológico, una falla que nos altera, nos coloca saberes yoicos sobre vivencias mísmicas, razonamientos

conceptuales, sobre la intuición natural con la cual nacimos. En esa falla, se instala un supuesto saber sobre sí instalando aquello que no sabemos reflexivamente pero si nos con-porta y nos hace con-partir.

Ante esto, el genial S. Freud descubrió, le saco la cobertura, a un algo que llamó inconsciente, en tanto, se dio cuenta de este desdoble de la conciencia. Percibió que había contenidos ocultos, desconocidos por las personas y que muchas veces generaban conductas, de la cuales no se sentían dueñas. Más aun, también pensó que la mayor parte de nuestra vida psíquica era inconsciente. No estuvo mal ese descubrir, abrió el camino a muchísimas exploraciones de la vida psíquica, y a la búsqueda de explicaciones de los comportamientos humanos. No dudo, que para muchos, produjo una re-volución (un giro de 180 grados), en tanto el supuesto del ser dueños de sí mismos. Debo decir aquí que es un paradigma con el cual hoy no coincido, y no hago porque mi experiencia me indica que siempre somos dueños de sí mismos, aún en la "locura", somos el loco que queremos decidimos y podemos ser. No coincido, porque ha dado pie, a la justificación de muchas conductas impropias de lo humano. No coincido en tanto desde allí, se pretenden explicar, las llamadas patologías psíquicas o mentales. No coincido en el nombrarlo por lo negativo, como si fuera una parte de nosotros que no es (lo "in"), o que es lo que no es, de un no saber pero que el cuerpo sabe, en tanto hace hacer conductas. Además, si el supuesto es que con la palabra, puedo hacer consciente ("on"), lo inconsciente ("in"), nunca lo voy a lograr, porque las cualidades de lo "in", son eso una serie de cualidades, descriptas por Freud, que remiten a hechos innombrados, experienciales, y si les pongo palabras, ya no son. Ahora son palabras, símbolos sobre eso, sobre eso otro, que no es el hecho que era, al nombrarlas constituyo otro hecho, distinto al que supongo remite. No coincido, porque si bien parece obvio ese nombre, es paradójal denominarlo así. Si es "in", nunca será "on", y no es correcto pensar que se puede hacer "on" a algo "in", porque por definición ya es "in", y si se hace "on", no es más el "in" que era, es otra cosa, no lo que era, o que parecía ser. Ahora, supongamos que sea una

buena idea, el definirlo como algo que está oculto a la consciencia y por lo tanto inconsciente, es solo eso una idea que sabemos parte de una teoría. Una teoría, y como tal, no una Verdad, sino una forma de llamar algo que el teórico observa, y desde allí una verdad que le sirve para explicar, y desde allí constituir una práctica del develamiento. Una práctica que se fue ejerciendo, y enriqueciendo, basada en la sospecha, en la desconfianza, en el suponer que el organismo personal, tapa, obstruye, niega, suprime, aspectos de lo vivido, para poder existir con los otros. Aspectos, vivencias, hechos, que quedan negados, allí, en algún lugar y que hoy inciden en lo que hacemos y sentimos. Una práctica estéril, epistemológicamente imposible, salvo que creamos que algo que no es, o que es de una manera oculta que tiene sus reglas experienciales, se pueda desde otras reglas, en este caso reflexivas, hacerlas ver como son, y poder conocerlas y hacerse dueñas de ellas. Sé que me dirán, los que creen eso posible, que en el setting analítico, el inconsciente puede ser re-velado. Les digo que lo que supuestamente revelan es una interpretación sobre lo supuestamente oculto, una interpretación que emerge de la relación entre analista y analizado. No se revela lo “in”, se hacen hipótesis “on”, que son en sí mismas, nunca eso que llaman “in”. Un hecho al ser reflexionado no es más ese hecho, es solo una idea sobre el mismo. Para ser más claro, les recuerdo el cuadro de Magritte, en donde hay una perfecta pipa dibujada, pintura que el genial pintor denominó: “Esto no es una pipa”. Es obvio que es un dibujo sobre ella, y que no es lo que parece ser, sino lo que es. Por ello digo, parafraseando a Magritte, una interpretación sobre el/lo inconsciente, no es el hecho en sí, es un “dibujo” sobre él.

Es desde aquí, independientemente de los colegas que sigan prefiriendo esa elección teórico práctica, considero, en función de una mirada que no conlleve la revelación de lo oculto, y escuchar desde la sospecha, es que propongo la idea de Mismidad.

Este concepto alude a lo que es experiencia directa del cuerpo que somos, en la entrama mundo-cosa-sí mismo, experiencia que se instala desde el comienzo, día a día, y nos va haciendo. No soy negador de posibles escotomas en ella, quiebres que dificulten, traumas y/o situaciones vividas “olvidadas” por el dolor que implicaron, condiciones que se nos han impuesto y nos perturban, cuestiones no “visibles, pero que son en la carne que somos, todo está aquí. Todo es en el hoy, en planos de contexto vivencial distintos, más cerca o más lejos de lo que sabemos de nosotros mismos, están aquí.

Espero, estar claro, esto no es un simple cambio de nombre, sino que refiere a un “nuevo mirar”, a eso que está allí no sabido por nuestra reflexión. Si logramos verlo, como un solo saber que está allí, como parte y todo de lo que somos. Un saber en las sombras como esencia, de base, sin la perturbación del lenguaje, del otro, de la cultura. Como un tesoro valioso, escondido, no explorable con la palabra, ni con los símbolos, es lo que somos.

Toda paradoja, como tal no tiene salida, es su constitución, es por ello que pensando con J.P. Sartre, no solo estamos condenados a la libertad (tal como él dijo), sino a tramitar una vida desdoblada entre lo que sentimos y pensamos, pero que no lo está en su discurrir vital. Ahora, si no tomamos contacto con esto, y nos dejamos llevar por esa división que se nos impone desde lecturas dualistas, nos alienamos y el pathos normal de la vida se transforma en sufrimiento, y de allí las patologías físicas, mentales, psíquicas, sociales y espirituales que se nombran y se nos imponen.

Hoy, desde los nuevos paradigmas, nos sabemos recursivos, no lineales, nos sabemos “monísticamente” no “dualísticamente”, y desde allí debemos repensar todo lo que se viene diciendo desde modelos que se han impuesto.

Es aquí donde tomé la palabra quiasma, eso somos, un quiasma, palabra, concepto, que ayuda a no solo pensar, sino a imaginar un cruce de múltiples

variables. Variables que al cruzarse en el desarrollo, en este caso un humano, dejan de ser múltiples para ser lo que es, una sola cuestión (aquí lo humano) desplegada como un todo. La división que nos enseñaron a hacer al querer explicarlo, es solo eso, una división explicativa, y no lo que somos cuando vamos siendo: experiencia que integra.

En tanto lo dicho, es aquí que recuerdo lo que he escrito hace muchos años, en mi libro “Estar Presente”, donde parafraseándome a mí mismo, decía: la terapia, sea cual fuere, debería ayudarnos a desconcientizar lo concientizado, a limpiarnos de los constructos adquiridos, lo mas que se pueda, y no pretender des-cubrir lo oculto, sino limpiar la maleza, lo que está allí, debajo de ella, si está allí, y si limpiamos, lo yoico lo mismico y el nosotros están allí juntos haciéndonos quienes somos. Eso quienes somos está allí, en la mismidad, a la mano de un buen terapeuta, que facilite el dejar Ser, en tanto confía que su consultante, es un ser que en su Ser, radican potenciales adormecidos. Un profesional que pueda disolver su ego, integrarse con el otro nosotros, en el encuentro con su consultante, y que desde allí, facilite que la mismidad, la yoicidad y la nostridad (el nosotros) se perciban y se vivan integradas tal como son.

Desde esto último se me hace necesario sostener y explicar el porqué pretendo revisar críticamente la clásica nominación de inconsciente, que, como dije, ha sido un destacado des-cubrir, por otro lado ha instalado un modo de pensar lo humano, que circula hace mas de cien años, y pocos se han atrevido a cuestionarlo y revisarlo, con el ánimo de sostener otras miradas sobre lo humano, y alejar variado tipo de justificaciones, nosografías, y terapéuticas que se ejercen en el nombre de esa idea.

Sé que las personas tendemos a convencernos e instalarnos en la comodidad de lo dicho, y sobre en este caso, por quien fue dicho, y su impregnación en la mayoría de los colegas del mundo “psi”, sean o no sean partidarios del psicoanálisis. De hecho, el mismo Carl Rogers, autor del cual parto para generar

mis propias ideas, nos habla de experiencias no simbolizadas, para pensar el/lo inconsciente y si bien, para mí, fue un progreso conceptual, se sostuvo dentro del mismo paradigma, aquel que remitía a lo oculto, a lo no sabido, que influía y se imponía sobre nuestras conductas, pensamientos, acciones, vivencias, y por ello había que facilitar su simbolización.

Es entonces, que desde lo dicho, y habrá mucho más para decir, que excede la posibilidad de este escrito, el cual solo pretende abrir un nuevo juego al debate de colegas, decía que desde lo dicho, digo:

Desde que nos pensaron, desde antes que nos generaran biológicamente, desde que si lo hicieron, cuando algún espermatozoide se unió a un ovulo, y allí empezó nuestra vida, desde entonces fuimos experiencia organísmica. Un todo desplegándose en un devenir. Un todo que se lo ha dividido en partes, para poder comunicarnos, desde las ideas que se hacen palabras y escritos. Un todo que fluye vitalmente, que no tiene partes, la psiquis no esta partida en trozos, ES, es conciencia que transita en la experiencia que vivimos. Experiencia en la cual no hay nada oculto ni nada a la vista, nada que des-cubrir, todo está allí en acción de vida. Nada para explicar como causa de lo que nos pasa, nada que buscar en lo oculto en no sé donde, en tanto si lo hubiera o hubiese, al des-ocultarlo, no se tratará de lo mismo que estaba oculto, sino de una interpretación sobre aquello que entonces no es aquello, sino lo que se interpreta.

Dejemos de pensar que las personas ocultan, no quieren ver aquello que no los deja ser lo que desean, que se defiendan, que se repriman.

Dejemos la “cultura terapéutica” de la sospecha.

Confiemos en nosotros.

Dejemos, cuando no piden ayuda terapéutica, a la conciencia fluir, facilitemos que el que consulta describa y en ese describir, en una atmosfera relacional que lo

favorezca, esa persona va a destrabarse y en ese des-trabe, el organismo va a encontrar su propia salida.

De hecho, independientemente de lo que cada uno piense, sea que sea psicoanalista, cognitivo conductual, sistémico, las personas que asistimos, cambian y se transforman porque encuentran un espacio contenedor donde se las escucha y se las deja describir lo que les pasa. En ese describir, si no se les altera, con intervenciones que desvían su camino de exploración, si salvo excepciones de riesgo, no se les indica nada, no se lo interpreta desde alguna teoría, ni se les sugiere ningún sendero, si se les cede el poder sobre sí mismas, el camino de la vida se les abre favorablemente. Para ello, desde esta mirada de lo terapéutico, tenemos muchos recursos: verbales, imaginarios, corporales, que facilitan las descripciones. También podemos integrar la posibilidad de utilizar metodologías nuevas, denominadas Terapias de Avanzada que se sostienen en descubrimientos de las neurociencias y que ayudan, en el abordaje a modos de sentir que se han instalado en nuestro cerebro y nos traban la vida con síntomas que nos oscurecen la existencia. Recursos que desde una posición no-directiva y holística, se entregan al encuentro nosotros. De esto se trata, de favorecer la descripción hacia una reducción fenomenológica, y desde allí abrir la percepción en la revisión de los constructos que como las capas geológicas, que conforman la tierra, están allí, en trazos que parecen ocultos, pero no, están entramados en lo que se ve, solo ayudemos a percibirlo y develarlo, están allí, a la mano del que consulta, no sospechemos de eso.

Lo que se ha denominado oculto, por debajo, reprimido, no dicho, negado, escotomizado, no aprendido, perturbado, hecho síntoma. Lo que nos hace sufrir, o en un no saber qué nos pasa y que hacer, en confusión, en crisis, angustia, miedo, ansiedad, adicción. Lo que la metáfora medica, nombra como enfermedad, y que podemos leer en los manuales, como el DSM por ejemplo, no están en él o lo inconsciente, o en lo no simbolizado que hay que simbolizar. Si están, “trazados”

en el hoy que somos, están aquí en la carne, por ello, dejemos que el cuerpo hable, que describa con la palabra y el gesto, que como insisto, describa y encuentre que le pasa con lo que le pasa. Ahora, y para ser más claro, si bien, el pasado nos ha estado constituyendo, y tiene que ver con lo que lo que somos hoy, así también el futuro, el proyecto nos hace el ser que somos hoy. Por ello, lo que vale tomar (sin negar el pasado vivido ni el futuro proyectado) está en la experiencia de hoy y a ello dediquemos la escucha y nuestras intervenciones. Se nos consulta por algún tipo de sufrimiento y entregarse profesionalmente a una mismidad compartida ayudará, casi siempre, a revelar el sentido vital que no puede expresarse. Cuando dejamos hablar al cuerpo, con su lenguaje propio/auténtico, y podemos escucharlo, sintonizando su experienciar, y facilitamos ese relatar y el auto acercarse a la mismidad, el Ser revela su sentido y la persona fluye más plenamente su existencia.