

El cambio terapéutico: la autopropulsión implícita y espiritual de un *cuerpo significante*

*Therapeutic change: the implicit and spiritual carrying forward
of a meaningful body*

Edgardo Riveros Aedo¹

RESUMEN

Se presenta el cambio terapéutico desde el *Focusing* y la Filosofía de lo Implícito, ambos creados por Eugene Gendlin PhD. El cambio se inicia con la autopropulsión experiencial, fuerza que acompaña el proceso completo de *focusing* en una sesión terapéutica, quedando disponible una explicación teórica desde este nuevo modelo del Implícito. El cambio se concibe como un fenómeno experiencial y holístico que opera desde el cuerpo terminando en la percepción de acuerdo a un nuevo modelo, en contraste con el antiguo modelo que atribuye el cambio terapéutico a la *percepción* y desde allí se extendería a la dimensión emocional. Este nuevo modelo se fundamenta en la prioridad del cuerpo (simbolización preconceptual) y culmina en un cambio de percepción. La autopropulsión culmina en un cambio terapéutico que resulta ser una transformación total y experiencial, removiendo la herida y el *patrón emocional* que genera las conductas desadaptativas. Esta experiencia trascendente y *espiritual* puede apreciarse y asistirse en la etapa final del *focusing como fenómeno* que hemos denominado la Visión Panorámica, donde se sugiere a los terapeutas realizar acciones de remoción de síntomas y consolidación del cambio terapéutico.

Palabras clave: Autopropulsión, sensación sentida, implicar/acontecer, experiencia espiritual.

ABSTRACT

Therapeutic change is presented through the lens of Focusing and the Philosophy of the Implicit, both developed by Eugene Gendlin, PhD. Change begins with *carrying forward*, a force that accompanies the entire focusing process in a therapeutic session, with a theoretical explanation provided by this new model of the Implicit. Change is conceived as an experiential and holistic phenomenon that operates from the body and culminates in perception according to a new model; in contrast to the old model, which attributes therapeutic change to perception and from there extends to the emotional dimension. This new model is grounded in the priority of the body (preconceptual symbolization) and culminates in a change in perception. *carrying forward*, culminates in therapeutic change that turns out to be a total and experiential transformation, removing the wound and the emotional pattern that generates symptoms. This transcendent and spiritual experience can be observed and facilitated in the final stage of focusing as a

¹ Psicólogo. Director del Instituto de Focusing de Chile, Santiago de Chile, Chile.
<https://www.focusingchile.cl/edgardoriveros>. Correo electrónico: edgardofot@gmail.com
DOI: <https://doi.org/10.15517/c7baeq30>

Recepción: 22/06/2025 Aceptación: 24/06/2026

phenomenon we have termed the Panoramic View, where therapists are encouraged to perform actions to remove symptoms and consolidate therapeutic change.

Keywords: Carrying forward, felt sense, implying/occurring, spiritual experience.

Contexto histórico cultural

Con la publicación de *Experiencing and the creation of meaning* (Gendlin [1962](#)) y la inauguración de la Psicoterapia experiencial, comienza la era experiencial, culminando con *A process model* (Gendlin [2017](#))². Gendlin creó y desarrolló su Filosofía de lo Implícito a lo largo de su vida, y la publicación de *Focusing* en 1979, constituyó un éxito editorial de medio millón de ejemplares, vendidos en su primera edición. El *Focusing* constituyó la primera intervención empírica en la dimensión implícita. El filósofo Gendlin se hizo mundialmente conocido en la Psicoterapia, desde su experiencia de investigación en los años cincuenta junto a Carl Rogers. Su nueva filosofía del Implícito le permitió desarrollar un nuevo modelo para comprender al ser humano en su dimensión experiencial, describiendo procesos como la *creación del significado* desde una corporalidad holística a través de una función superior del desarrollo humano descubierta y tildada como *sensación sentida* (Gendlin [1978](#)).

En las siguientes líneas, el lector podrá encontrar los términos novedosos creados por Gendlin, que explican desde la filosofía del Implícito, el fenómeno del cambio terapéutico y de una nueva manera de ver la psicoterapia y al ser humano en la dimensión implícita. Describiremos el concepto de autopropulsión y el de sensación sentida para dar una descripción del cambio terapéutico en la primera parte y luego dedicaremos la parte final a la experiencia corporal y espiritual como consecuencia del proceso de transformación. El Nuevo modelo creado por Eugene Gendlin propone una explicación a partir de la dimensión implícita con nuevos términos que no son equivalentes a los paradigmas vigentes en Psicoterapia ni en la Psicología. Estos nuevos términos tienen una definición propia y los desarrollaremos con la nueva nomenclatura desde la génesis del proceso que comienza en el cuerpo a través de sensaciones de incomodidad, síntomas conductuales y ansiedad.

El cambio es corporal: el nuevo concepto de cuerpo y la autopropulsión

El modelo de Gendlin propone un nuevo concepto de cuerpo. Este cuerpo es significativo, crea significado en la interacción con personas y situaciones a un nivel subliminal. Dado que este cuerpo es un solo sistema con el medio ambiente, el proceso de simbolización se inicia a un nivel preconceptual (primero siento una sensación subliminal y luego, un sentimiento). El proceso de simbolización se inicia con la interacción y la autopropulsión (*carrying*

² ECM: *experiencing and the creation of meaning* publicado en 1962, y su obra final *A Process Model* en 2017. Ambas obras fueron traducida y publicadas en castellano a partir de 2015 y 2009 respectivamente. En la bibliografía final.

forward). La autopropulsión impulsa la creación del significado de estas interacciones que tenemos con personas y situaciones. Un nudo en la garganta es una autopropulsión que esta buscando un significado de Algo. El significado se va creando subliminalmente. Iremos describiendo los nuevos términos para que el lector vaya construyendo el edificio conceptual y pueda así comprender el cambio, como un fenómeno implícito y experiencial desde el nuevo modelo. La autopropulsión del significado corporal fue acuñada por el Eugene Gendlin en 1962.³

Gendlin fue creando su aproximación fenomenológica y corporal desde una dimensión empírica (práctica clínica e investigación) donde da cuenta de una nueva realidad corporal y significativa que emerge desde un nuevo modelo construido, un modelo *experiencial y holístico*. Al ser un solo sistema con su contexto, el cuerpo es una sola unidad consigo mismo y con su contexto inmediato, no hay dicotomías. Podemos apreciar un *cuerpo humano experiencial y significativo*, un cuerpo que al interactuar otorga el *significado* en una dimensión invisible, una dimensión implícita. La autopropulsión es el inicio del proceso de creación del significado aconteciendo en una dimensión implícita. La autopropulsión genera el proceso de significación de un modo subliminal (Gendlin [2017](#)). La génesis del significado subliminal, tiene entonces un carácter preconceptual. Múltiples interacciones diarias van generando sensaciones que nos acontecen en forma silenciosa e invisible, todas ellas fueron autopropulsadas y registradas en nuestro cuerpo, y completadas sin nosotros estar conscientes de ello. Ya en la situación clínica, el cambio terapéutico resulta ser entonces un fenómeno en que la creación del significado subliminal genera una *nueva versión corporal* de una experiencia difícil vivida en el pasado, este cambio acontece en el presente y gracias a un contexto facilitador, a través de la resonancia empática (Friedman [2007](#)), mismo proceso que es acompañado por un terapeuta en *Presencia*, en el *aquí y ahora* y en una dimensión implícita (simultaneidad del tiempo, tiempo cero, donde no rige la lógica, y donde las cosas pueden ser y no ser al mismo tiempo). La autopropulsión (*carrying forward*) es la fuerza que mueve el proceso experiencial de la vida cotidiana y del *cambio terapéutico*, preocupación central de la psicoterapia como disciplina del siglo XX. Este cuerpo está dotado de simbolización preconceptual (presente en el *homo sapiens*). Primero sentimos algo que desconocemos y posteriormente nos damos cuenta de qué se trata aquello.

Veamos las nuevas aristas de la autopropulsión, además de ser la fuerza que inicia y crea el significado, lo hace de acuerdo al código de sobrevivencia y desarrollo singular de un cuerpo en una trayectoria existencial e interactiva que tiene el sello de la autenticidad. Al probar una

³ Gendlin, E., (1962) *Experiencing and the creation of meaning* (ECM) es la primera obra acerca de Lo Implícito que en un principio referido al proceso del *experiencing*. Gendlin ha hecho una contribución teórica y práctica titánica a la Psicoterapia con su obra central *Focusing* (1979), *Una Teoría del cambio de personalidad* (1974 1a edición castellana), *Terapias con Orientación al Focusing y Un modelo procesal 2009* (1a Edición castellana) En la bibliografía se encuentra la información pertinente.

comida, podemos decir, *está muy sabrosa, hace tiempo que quería comer algo así, ahora debo admitir que me ha gustado y que era esto lo que extrañaba de comer*. Quien afirma enfáticamente dicha frase lo hace con esa *certeza simple* y clara, ha agregado además que estuvo sabrosa, hacía bastante tiempo que andaba con ese antojo y ahora sí, que lo sabe, con certeza, una certeza holística, que ha sido obra de la autopropulsión que nos hace degustar algo auténticamente, como para aceptarlo o rechazarlo. Aquella certeza nos ocurre igualmente cuando tenemos una lectura que nos gustó y además nos dejó pensando, hondamente.

La autopropulsión es la fuerza que inicia y permite una simbolización preconceptual subliminalmente en nuestro cuerpo, dando inicio a una sensación difusa y luego darnos cuenta del sentimiento como una respuesta primigenia del cuerpo⁴ a la interacción con los sucesos del medio ambiente. La autopropulsión es entonces un descubrimiento trascendental porque sería una fuerza experiencial invisible que explica la puesta en movimiento un congelado nada menos, a partir del proceso de creación del significado simbólico a través de las sensaciones de nuestro cuerpo. La autopropulsión comienza en la interacción cuerpo-ambiente, continuando por el camino experiencial y corporal llegando a concluir entonces que el proceso humano simbólico es de naturaleza experiencial y preconceptual (Gendlin [1962](#)). La creación del significado comienza con la autopropulsión, y ella acompaña todo el proceso de simbolización, en una transformación zigzagueante hasta llegar a ser consciente y percibirse. Este es un orden inverso al modo occidental de pensamiento, en que primero percibimos y después sentimos. No obstante, para el nuevo modelo, esta simbolización corporal nace de la interacción cuerpo ambiente a través del proceso denominado por nuestro autor como el *implicar*⁵ y cuyo motor es la autopropulsión. Este hecho nos revela verdaderamente *un nuevo modelo* de pensamiento porque significa todo lo contrario a la explicación cartesiana.

⁴ Autopropulsión (*carrying forward*) es una energía que pone en movimiento el proceso de significación entre el implicar del cuerpo y los sucesos del ambiente, este movimiento fue nominado por Gendlin como *rueda experiencial e (experiential Wheel)*. Pues bien, la autopropulsión es una energía que mueve el proceso de creación del significado, pero además es el código de autenticidad que nos da la certeza de decir: Sí! Eso es lo quiero decir, es decir ella esta codificada con la originalidad del sentir, la autenticidad de decir, esto era o es lo que yo exactamente quería. La autopropulsión además sabe la dirección a la que nos conduce la creación del significado, logrando mover el proceso más allá del presente. La autopropulsión es la que permite al proceso de implicar aceptar algún suceso como acertado a nuestro cuerpo y entonces es cuando se produce el acontecer (*occurring*). *Carrying forward* no sólo es llevar hacia adelante ALGO, sino además sacarlo de la inercia del *congelado*, a través de otorgarle una exacta significación del sentimiento incompleto del congelado, permitiéndole que inicie nuevamente el movimiento hasta ahora detenido y para ello crea un acontecer inédito que es el *eveing*, es decir lo que conocemos como el cambio en la teoría del Implícito

⁵ Gendlin llamó implicar (*implying*) a aquella función simbólica que crea el significado a los procesos y secuencias corporales a través de la acción y comportamientos. Por ejemplo, acomodo mi silla y si me siento a escribir, preparo previamente algunas notas, verifico que la computadora está funcionando bien, me concentro en lo que quiero decir, escribo y corrijo los errores, etc. Este proceso de implicar es una larga secuencia de acciones corporales y comportamentales que me permite escribir Algo que yo deseaba hacer por varios meses o años. De hecho este proceso se implicó mucho antes de ser escrito. Ver el termino *implicar* en *A Process Model* cuando se refiere al ciclo funcional del cuerpo (Gendlin [2017](#)).

Como podemos apreciar, Gendlin otorga un papel preponderante a la dimensión corporal y experiencial del ser humano partiendo por el origen de la creación del significado. La facultad de simbolización hasta ahora había sido eminentemente mental y cognitiva desde los tiempos de Aristóteles cuyo centro gravitacional ha sido siempre la razón y la lógica, el análisis y la interpretación de *contenidos*. Gendlin no sólo agrega la dimensión experiencial a la psicoterapia, sino que establece que la generación simbólica *nace en la interacción directa con el medio ambiente* de un modo subliminal. La dimensión experiencial es aquella que concentra de lleno en el proceso de significación preconceptual al concitar las sensaciones, los presentimientos, la intuición, la creatividad, las imágenes corporales originales y espontáneas (corazonadas e intuiciones). Esta respuesta corporal primigenia es el *implicar*. El *implicar genera el nuevo acontecer*, es decir las novedades que surgen son los flamantes presentimientos, sentimientos, corazonadas, intuiciones. Implicar es el inicio de cualquier comportamiento o secuencia de comportamiento, si me preparo para ir de mi casa al trabajo, entonces me implico en una acción que tiene un desarrollo, una trayectoria, una caminata, tomar un transporte, llegar al lugar y comenzar la jornada. Este implicar lo he hecho otras veces y sin embargo cada vez es distinto, aunque muchas cosas se repitan, nunca la trayectoria es la misma. Si sucediera algo fuera de lo implicado, entonces decimos que nos ha acontecido algo nuevo, mi trayectoria habitual acontece en el presente y cada día es diferente, aunque el camino sea el mismo. Hasta ahora tenemos un cuerpo que es uno solo con su ambiente, que, al interactuar con el contexto inmediato, *implicamos* algo para entrar en una nueva escena. Si mi autopropulsión logró su implicar con éxito, entonces el cuerpo se relaja y entra a otra situación.

Veamos ahora brevemente un hecho sorprendente: vivimos en el mundo contemporáneo con un Paradigma Occidental, estamos formateados con un concepto de tiempo lineal y con dicotomías que nos parecen normales e incluso naturales. Y que creemos que, por cuestionarlas, ya no las tenemos, no es así, pues el modelo occidental lo llevamos en el cuerpo, aun cuando la neguemos en el discurso.

Antiguo Modelo

Eugene Gendlin sostiene que tanto la Psicoterapia, así como todo el pensamiento occidental, se han regido por el **antiguo modelo** en que se otorga a la percepción un rol preponderante que hemos vivido desde la antigua Grecia hasta la actualidad; nos regimos por aquella frase **ser es ser percibido** como nos decía George Berkeley (1695-1753). Desde el inicio del siglo XX la psicoterapia ha sostenido que el cambio terapéutico consiste inicialmente *en un cambio perceptual*. Al producirse este *relámpago conceptual* de percibir, se desencadenaba una verdadera *cascada simbólica*, un verdadero estallido luminoso de consciencia conocido como *el darse cuenta (awareness)*. Posteriormente, este cambio debía “bajar” hacia el cuerpo, para cambiar la dimensión emocional y finalmente ir a una nueva acción comportamental. Para

el Antiguo Modelo que nos rige actualmente, el cambio comenzaría entonces en la *percepción* y terminaría en el cuerpo y por ende, en la conducta. El sistema de creencias cotidiano es considerar que las cosas son o no son, todo tiene causa y efecto, el pasado nos determina, nuestras dicotomías más aceptadas son cuerpo/mente, sujeto/objeto, cuerpo/ambiente, objetivo/subjetivo, pensamiento/emoción, etc. Para nuestro antiguo modelo, nuestro cuerpo está separado del medio ambiente a través de la dicotomía sujeto y objeto. Somos seres separados del medio ambiente. Necesitamos saber que vivimos en el mundo cultural del antiguo modelo. Veamos una descripción del nuevo modelo propuesto por Gendlin para ver que él afirma justamente lo contrario: citamos su concepto de cuerpo

*El cuerpo siente las situaciones de la vida y del cosmos,
no es sólo cuerpo, no sólo mecanismos proyectados en lo fisiológico.
El cuerpo es un sistema cósmico.*

*El cuerpo es interacción, no sólo vida, sino una vida acerca de algo...
Básicamente no hay separación entre la “mente” y el “cuerpo”
(Manojo).⁶*

El nuevo modelo del Implícito propone, como ya hemos adelantado, un concepto de cuerpo totalmente diferente, concibiéndolo como el iniciador y protagonista principal de un cambio holístico o totalizante (experiencial, corporal y contextual), un cambio terapéutico o **novedad** que culminaría también con un cambio perceptual (Gendlin [1996](#))⁷.

Para lo implícito, el cuerpo iniciaría un camino experiencial en que se genera el cambio y, posteriormente sobrevendría el estallido perceptual. No sólo el camino es inverso y totalmente nuevo, sino que además se propone una serie de elementos flamantes que protagonizan el movimiento por el cual el cuerpo crea un nuevo significado. Dentro del *nuevo modelo* propuesto por Gendlin para explicar el cambio, la autopropulsión es un concepto fundamental, estrechamente unido a otros conceptos capitales como la *sensación sentida* (*felt sense*) e implicar (*implying*), así como a la creatividad humana y al cambio terapéutico o **novedad** (*evening*)⁸. La autopropulsión es un concepto nuevo para la psicoterapia, que

⁶ Citaremos varias frases muy elocuentes de Eugene Gendlin a lo largo del texto, cuya fuente ha sido recopilado por el Instituto Internacional de Focusing (TIFI) en un manojo de naipes, usaremos la clave de **Manojo**, www.focusing.org.

⁷ Noción de cuerpo de Gendlin, ver *The primacy of the body, not the primacy of perception* (Gendlin [1992b](#)), este artículo así como *Implicit Precision* pueden encontrarse en www.focusing.org. También se invita al lector a consultar el libro de Gendlin, donde se refiere a su concepción de cuerpo en el Cap 3y 4 de la obra UMP en español, referencias en la bibliografía.

⁸ Eugene Gendlin acuñó el término **evening** para referirse al fenómeno del cambio el cual definió como *evening* o **novedad** sorpresiva. La novedad o cambio acontece en un tiempo simultaneo, un tiempo cero (*Z Time*), fruto de un nuevo acontecer que surge del implicar detenido, o congelado. La sensación sentida que opera corporal y holísticamente crea una nueva solución, una espontanea creación en que todos los *subprocesos implicados*, derivados del cuerpo en interacción con sus circunstancias (*inter afectación*). Todos los factores dan cuenta de esta *novedad milagrosa*, nunca antes acontecida y que le significa al organismo crear una verdadera mutación. El cambio por primera vez en la historia tiene un sello espiritual, al punto que Gendlin le llega a consignar en una verdadera metáfora, semejante a la *mano de Dios*. El lector puede encontrar

pertenece a la dimensión implícita y por ende a un nuevo repertorio conceptual, un nuevo arsenal experiencial y original de Eugene Gendlin. No hay equivalencia entre los conceptos del implícito y aquellos de nuestra concepción teórica de los diferentes enfoques actuales de psicoterapia. Describiremos, por ende, los nuevos conceptos del nuevo modelo con el proceso mismo de psicoterapia. El antiguo modelo da cuenta del mundo explícito (tangible, racional, lógico) y el nuevo modelo opera desde el mundo implícito, y gracias a ello logra explicar el cambio y el devenir humano. El antiguo modelo no logra explicar el cambio por un asunto paradigmático, la razón no puede dar cuenta de la dinámica implícita, porque esta es invisible. Necesitamos describir lógicamente la dimensión implícita de acuerdo al nuevo modelo para poder explicar y describir la dinámica que acontece a nivel de sentimientos; en una dimensión implícita, sus leyes son diferentes: las cosas pueden ser y no ser al mismo tiempo, los sucesos acontecen de acuerdo a una autopropulsión corporal, una simbolización preconceptual (Gendlin [2017](#)).

Autopropulsión y cambio terapéutico

Pasamos a describir entonces el proceso de cambio terapéutico según el nuevo modelo de Eugene Gendlin, derivado de sus investigaciones y de su propia Filosofía del Implícito, de su experiencia clínica y empírica como terapeuta. Veremos cómo estos nuevos conceptos son sincronizados por la *autopropulsión* de la *sensación sentida*, permitiéndonos comprender el cambio terapéutico de una nueva manera. Nuestro autor inicia una revolución al establecer *la prioridad del cuerpo por sobre la prioridad de la Percepción* (Gendlin [1992b](#)) En otras palabras, se postula que el cambio comenzaría en la dimensión corporal y no desde el ámbito cognitivo-perceptual. Tengamos presente entonces que la psicoterapia actual sostiene que la percepción sigue siendo el origen del cambio (*Pienso, luego existo*).

El nuevo modelo, en cambio, concibe al cuerpo humano como una unidad interactiva ***cuerpoambiente*** (*estar-en-el-mundo*, Heidegger) Junto a esta unidad indisoluble, surge una interacción con una función *significante* y holística que opera subliminalmente desde esta dimensión corporal (cuerpo mente es un solo sistema). El cuerpo significativo (específicamente su ***sensación sentida***) es quien otorga el significado a nuestras interacciones con el mundo. Aquí es donde podemos ver la relevancia de la autopropulsión en el origen y transformación del significado, porque sería precisamente desde donde comienza el movimiento de transformación experiencial, desde donde nace la creación del significado que ahora, para el nuevo modelo, el cambio acontece en una dimensión implícita, corporal y preconceptual (invisible). A través del implicar, el cuerpo responde siempre de un modo

información complementaria en APM de E. Gendlin y en el libro *El fenómeno Focusing. Nuevas aplicaciones y la diversidad de la sensación sentida*. Ambas obras están consignadas en la bibliografía al final de este artículo.

significante a la interacción con el ambiente. El proceso de simbolización es preconceptual, autopropulsado, un movimiento experiencial que convierte al cambio en un proceso proyectado a un futuro: la salud total y seguridad de sobrevivencia del cuerpo.

Veamos cómo funciona este movimiento en una sesión de psicoterapia.

1. El movimiento experiencial es corporal hacia la armonía

La autopropulsión pone en movimiento el proceso de creación del significado a través de una interacción entre sensaciones y sentimientos acompañados por la resonancia empática (Gendlin [1964a](#)). De acuerdo a su teoría de la personalidad, la autopropulsión pone en el movimiento la *rueda experiencial*⁹, con un *referente directo* que da comienzo a la creación del significado, proceso que se auto propulsa, con un ritmo, velocidad y dirección propia. Para Gendlin nuestro cuerpo es capaz de otorgar significado a las interacciones a un nivel subliminal, por lo que el cuerpo humano estaría siendo considerado como un organismo *significante o sabio*.¹⁰ El cuerpo significativo constituye una unidad indisoluble con el ambiente y con el cosmos. En este nuevo modelo, el cuerpo interactivo otorga significado invisible a las interacciones cotidianas y, en ocasiones de transformación, requiere de una interacción empática. Gendlin sintetiza la naturaleza significativa del cuerpo humano en una de sus frases magistrales¹¹:

Incluso antes de que pensemos o hablemos, el cuerpo viviente ya es un proceso interactivo con su situación qué atender aquí y ahora. (Manojo)

Si estamos “potencialmente” alegres o tristes, basta que veamos una comedia en la televisión para empezar a reír o si presenciamos un drama de teatro, o basta escuchar una música que nos emociona al punto de ponernos a llorar. O algo más simple y cotidiano, si alguien nos escucha sin juzgarnos *podemos expresar mejor lo que nos pasa y podemos sentir más y*

⁹ Complementando a la nota 3; con el riesgo de reiterar, iremos dando pequeños saltos conceptuales. Ahora con lo ya visto de la diferencia entre antiguo y nuevo modelo, pasamos a una explicación del movimiento experiencial. La creación del significado se asemeja a una *rueda experiencial* que, al comenzar a girar, su primera fase es el *referente directo* (Algo dicho en palabras, motivo de consulta: *me siento deprimido y no sé por qué*), que al interactuar con la empatía, cambia por la develación, luego una fase de aplicación global y cambio de referente, cambio de tema. Este mecanismo lo describiremos detenidamente más adelante en el punto 6. (Breve descripción de una sesión terapéutica). Con los primeros conceptos iremos construyendo el proceso implícito para facilitarle la comprensión al lector. Basta por el momento, comprender que la autopropulsión echa andar la rueda del significado (experiential Wheel) de acuerdo a Gendlin. Se sugiere ver su Teoría del cambio de la Personalidad publicada en 1964, sus datos bibliográficos en la referencia final.

¹⁰ Que el cuerpo sea sabio, no es un dogma, como en general ocurre hoy en día con la terapias alternativas, el cuerpo es sabio porque al cambiar algo siempre lo hace con una novedad que resulta ser la solución óptima para las personas cuando vive un cambio en una sesión de *focusing*. El surgimiento de la novedad acontece también fuera de la terapia, cuando ALGO muy significativo para nosotros nos resulta bien y mejor aún, que como lo habíamos pensado, cuando resolvemos algo sin pensarlo mucho, o pensándolo mucho lo hacemos igual y resulta mejor que como lo pensamos. Un ejemplo, cuando aprendimos a andar en bicicleta, el cuerpo no tubo que recibir clases de equilibrio ni de fuerza de gravedad antes de ello. El cuerpo genera las fuerzas del equilibrio y finalmente aprendemos rápidamente, con los niños del barrio, aprendemos a hablar el idioma sin atender primero clases de gramática. A lo largo del artículo daremos más ejemplos al respecto.

¹¹ Idem a 5.

hablar más (Gendlin [1964a](#)). Esto quiere decir que, si estamos pasando por un instante melancólico, basta una pequeña interacción con el medio ambiente para que se eche a andar o se encienda un nuevo proceso experiencial de significación; o como diría Gendlin, se pone en movimiento un determinado proceso experiencial de *implicar autopropulsado*. Gendlin descubrió que el significado se genera en el cuerpo y que aquello que no podemos nombrar, nuestro cuerpo lo puede sentir e incluso mostrarnos imágenes que podemos ver al cerrar los ojos, o tener sueños en que descubrimos señales oníricas de extraordinario poder simbólico, imágenes de gran poder estético. Imaginemos incluso en el mundo antiguo, el *contenido*¹² simbólico de la mitología griega, o la mitología de los pueblos ancestrales de nuestras sociedades nativas y precolombinas, allí se destacaba que teníamos símbolos que descifrar según la cosmogonía particular de cada cultura. Nuestro cuerpo se expresó en *imágenes simbólicas* mucho antes que nuestra evolución humana nos condujera al lenguaje articulado y al pensamiento simbólico conceptual (Gendlin, APM, Cap. VII, [2017](#)) Gendlin comenzó su trayectoria terapéutica con aquella declaración: *el vivenciar es el quehacer esencial de la psicoterapia* en su libro ECM publicado en 1962.

Ahora bien, concentremos nuestra atención en nuestro mundo individual conocido hasta ahora como nuestra *subjetividad* y veamos cómo la creación del significado se produce por esta energía potencial simbólica que da cuenta de un cuerpo *significante*. Decíamos que la *autopropulsión* es la génesis de nuestro proceso de creación del significado. Este proceso de cambio está rigurosamente descrito en su teoría. Esta explicación acerca del cambio terapéutico realizada en 1964 se complementa con sus trabajos desde los años 1964 hasta llegar a *A Process Model* (Un Modelo Procesal, nos referiremos a esta obra en adelante, en la sigla castellana como UMP).¹³

2. El cambio: la solución óptima, corporal y experiencial que resuelve la *complejidad implícita*

Eugene Gendlin en su última obra (UMP) describe fenomenológicamente un cuerpo humano con una capacidad simbólica para otorgar significado a las interacciones de nuestra existencia cotidiana. En forma procesal y natural se echa andar la creación del significado y el papel trascendental de autopropulsión. A través de la *interacción* se prende la chispa de una verdadera combustión holística y experiencial, específicamente desde una situación problema que afecta al cliente, cuyo estado de confusión fue acuñada por Gendlin como la *complejidad*

¹² Profundizaremos la distinción entre proceso y contenido, cuando hablemos de experiencia espiritual.

¹³ *A Process Model* en su original en inglés es publicado al interior de la Comunidad de Focusing por Eugene Gendlin en el año 1997. De esa edición pudimos realizar la traducción al español en una primera edición el año 2009, luego realizamos una segunda edición en el año 2019, y una tercera edición (disponible en Amazon) en el 2024, con el título. *Un Modelo Procesal. Parafraseando a Eugene Gendlin*, información pertinente en la bibliografía final.

implícita o un *intrincado implícito*¹⁴, esta complejidad implícita se conoce también como el **ALGO** (un motivo de consulta). Un asunto que el cliente siente intensamente pero que no lo tiene tan claro desde un punto de vista conceptual, tal fenómeno nuestro autor le llamó *referente directo*. Cuando otra persona nos comprende verdaderamente algo que queríamos decir, entonces se echa andar en nosotros un proceso que Gendlin llamó la *rueda experiencial*, y que como ya lo adelantamos, tiene una secuencia circular de cuatro pasos conocidos como *Referente Directo*, *Develación*, *Aplicación Global* y *Movimiento a un Nuevo Referente*. Esta rueda experiencial es el motor del movimiento significativo que emerge desde una interacción facilitadora con la empatía o un *símbolo certero* (Gendlin [1964a](#)). El motivo de consulta fue construido por un cuerpo cuya autopropulsión acompaña a todo el proceso terapéutico de una sesión en particular.

3. La autopropulsión y la sensación sentida: el cambio en movimiento

Cuando una persona pide ayuda terapéutica es porque se ha activado un implicar de algún proceso vital que se había congelado o detenido en el pasado. El cambio comienza con una alarma, el cuerpo desencadena una Ansiedad o Angustia para la persona busque ayuda; el cuerpo necesita reparar esa herida del pasado y poner en movimiento aquello que ha estado detenido por años. Gendlin ha descubierto que una función totalizante y corporal que es la responsable del cambio y él la denominó *felt sense*, en aquel libro mundialmente conocido como *Focusing* (Gendlin [1978](#)) Esta función superior logra crear el significado, aglutinando el proceso experiencial, principalmente sincronizado con la autopropulsión, como una energía implícitamente al servicio de nuestra persona singular. La *felt sense* es aquella función superior que dirige armónicamente todo el fenómeno simbólico, corporal, experiencial y emocional, ella acontece siempre en el presente y genera la creación de nuevos sentimientos en una *interacción* cuerpo y ambiente; dando como resultado final la creación *nueva versión*, regida con el código de la autenticidad (autopropulsión). Todo este movimiento tiene un cauce y una dirección *misteriosa e impredecible*, que procede de la autopropulsión, cuya finalidad última es conseguir una adaptación saludable, auténtica, respetuosa y sabia del individuo con su entorno. La dirección y ritmo del proceso es misterioso e impredecible en su contenido, pero es un proceso experiencial de transformación con cuatro momentos universales, muy precisos y predecibles, que veremos en las próximas líneas. Además de priorizar el significado que se siente como auténtico y trascendente,

¹⁴ *Intrincado implícito (implicit intricacy)*. Algo intensamente sentido pero que nos resulta confuso, un enmarañado que, al ser escuchado, se desarrolla y se hace explícito. Ver *Implicit Precision*, artículo de Eugene Gendlin que se anuncia en la bibliografía al final de este artículo.

veremos cómo todo esto se integra en la misma experiencia de transformación corporal que resulta ser un fenómeno intrínsecamente implícito y trascendente ¹⁵.

Sabemos que una característica fundamental de la *sensación sentida* es precisamente la autopropulsión, su otras características centrales: ser lingüística, inmediata, presente, emocional y localizable en alguna parte del cuerpo. Gracias a esta función superior del desarrollo humano, conocida como *sensación sentida*, el cuerpo logra crear el significado en la vida cotidiana generando *sensaciones sentidas particulares* para *cada interacción* con personas o situaciones específicas. Cada interacción logra *implicar* un proceso, pero cuando este proceso se detiene, la sensación sentida puede guardarlo para ser reparado algún día, sea *auto regenerado* posteriormente. Y cuando el ese día llegue, en un contexto presente se remueva aquello que estaba dormido; entonces la sensación sentida puede *des archivarlo*, en plena sesión de psicoterapia, actualizarlo y cambiarlo como una nueva versión, diremos que la sensación sentida *reversiona* un eslabón del implicar, poniendo así en movimiento aquello que estaba detenido, pudiendo ahora continuar la vida. La *sensación sentida* otorga significado a nuestra trayectoria vital, en la interacción con personas y situaciones. En aquella acción cotidiana de simbolizar, la *felt sense* registra todo nuestro devenir y *archiva especialmente aquellas situaciones difíciles e incluso traumáticas*, de un modo instantáneo, para permitir que el cuerpo siga autopropulsado y continúe siempre adelante, hacia la vida.

De este modo, la sensación sentida va avanzando en este río que es la vida ¹⁶ y logra resignificar las experiencias traumáticas echando mano al pasado vivo que queda archivado y *en pausa*, ya que intentará resignificarse por la ley de *semejanza* de acuerdo al contexto presente. De acuerdo a esta ley, Gendlin sostiene que cualquier situación del presente que resulte literalmente semejante al pasado, quedaría potencialmente disponible para ser resignificado, con una ansiedad como alarma. Dado que la resignificación requiere de la empatía terapéutica, aquello que estaba detenido es traído por la sensación sentida a la sesión de terapia *focusing*, allí se pone en marcha aquel suceso paralizado, cuando el cuerpo logra *reversionar* aquello y de ese modo se ponga en movimiento. Lo que queda guardado por años

¹⁵ Gendlin concibe al ser humano como un cuerpo significativo que constituye una unidad indisoluble de cuerpo y medio ambiente, abarcando la dimensión implícita, como aquella dimensión implícita y cuántica de nuestros sentimientos que interactúan ambiental y cósmicamente. Cuando contemplamos un paisaje natural o una noche estrellada y si al mirar respiramos profundo, tendremos una sensación del momento *trascendente*.

¹⁶ *Nuestras vidas son los ríos que van a dar a la mar que es el morir* versos famosos del poeta español Jorge Manriques, que alude a nuestra trayectoria existencial. Es una cita para dejar un primer antecedente que el lenguaje poético es capaz de penetrar la dimensión implícita, Heidegger decía que el filósofo hablaba del ser mientras el poeta le canta al ser. Ver en el artículo *Implicit Precision*, el mecanismo de auto regeneración corporal que despierta al congelado cuando la persona se encuentra con algo semejante a lo ocurrido. Más adelante describiremos en detalle este gran mecanismo que es un elemento más para considerar a nuestro cuerpo como sabio.

y detenido puede ser acompañado para *reversionarse* en la sesión terapéutica¹⁷ A continuación veamos cómo acontece el cambio, visto desde la Filosofía del Implícito.

4. El implicar detenido: ansiedad y transformación

Eugene Gendlin se refiere a la experiencia pasada y al tiempo pasado como *un telón de fondo (background)* al llamarlo *cuerpo-ambiente tipo 3* o *tiempo pasado (Implicit Precision, Gendlin)*¹⁸. Cuando algo, algún detalle de una situación actual *se asemeja* al pasado, el cuerpo lo trae al momento presente, generando una incomodidad sostenida. Entonces la persona consulta por algo que le ocurre, una ansiedad o simplemente el no saber qué le sucede. La persona tiene una sensación sentida al respecto, y ella será quien concretamente deba intentar *resignificar* ese suceso pretérito y de ese modo poder actualizar el devenir. Gendlin dice *el presente siempre tiene la textura del pasado*. No es que el pasado nos determine, o nos persiga como una condena del llamado destino, sino que nos *formatea*, nos *esquematiza* diría Gendlin y cuando nos sobreviene el cambio, por la vida o por el *focusing*, o por cualquier otra acción psicoterapéutica exitosa, y entonces podríamos decir que nos acontece la *reesquematización* del pasado o *un reversionarse*. Durante el instante procesal del cambio, el cual acontece siempre en el *aquí y ahora*, logramos una nueva versión por el proceso de *re-esquematización* y entonces al acontecer esta nueva esquematización, el pasado nos parece más comprensible y más claro, con nuevas posibilidades, más aceptante, descubriendo nuevos detalles que estaban en aquella situación archivada pero que la autopropulsión acepta resignificar gracias a la función significativa y global de la sensación sentida. La autopropulsión, como vemos, le da el sello de lo propio y de lo auténtico a nuestra experiencia y la lleva hacia la salud. El cuerpo no está disponible para nada que lo destruya, por eso es que el suicidio requiere de prácticas cerradas donde no exista error alguno para que el cuerpo no logre salvar la situación.¹⁹ Dicho en otros términos, el cuerpo salva al suicida.

Después del cambio nos sorprendemos constantemente por el curso que van tomando nuestras vivencias, nuevas decisiones en nuestras acciones cotidianas, donde un sello de la espontaneidad impredecible y creativa nos diferencia radicalmente de la programación de un robot²⁰. La sensación sentida siempre está en el *tiempo presente* y en el *contexto presente*, si

¹⁷ El cliente ha perdido la capacidad de auto respuestas y por ello requiere de una interacción empática que proviene de una interacción terapéutica, de ese modo logrará tener una versión diferente de aquello que se transformó durante la sesión. Una nueva versión genera nuevas respuestas y entonces ahora se puede continuar existiendo e interactuando con la frescura del presente.

¹⁸ Al final de este artículo se sugiere la reseña bibliográfica de *Implicit Precision. Cuerpo ambiente tipo 3* es la definición dinámica que hace Gendlin para el momento en que el cuerpo interactúa con un episodio pretérito, trayéndolo al presente o al cuerpo *ambiente tipo 2* para ser reparado o reversionado. La descripción de los tipos de cuerpo se encuentra en el capítulo I de *A Process Model*.

¹⁹ Ver nuestro trabajo con la ideación suicida, en *El fenómeno Focusing, nuevas aplicaciones y la diversidad de la sensación sentida, en la bibliografía final del presente artículo*. N. del A.

²⁰ En cambio, una computadora es siempre la misma, estemos en el lugar que sea de nuestro planeta, siempre funciona igual. A una máquina no le afecta el contexto que tenga. Nosotros en cambio somos *alguien diferente cualitativamente* de acuerdo

agregamos un contexto empático entonces la sesión terapéutica tendrá una atmosfera ausente de crítica. Con el pasado puesto en interacción a través del presente empático, el paisaje experiencial del pasado es *reversionado o re-esquematizado* en un instante extraordinario del cambio al nuestro autor llamó la *novedad (eveving)*, (Gendlin [2017](#))

La sensación sentida es la *directora de orquesta* de esta gran función significativa, es aquella que simboliza y actualiza nuestro quehacer y nuestra vida cotidiana, creando la posibilidad de buscar la resignificación a través de crear sensaciones físicas, *asideros (handle)*, imágenes corporales o encarnadas como en nuestros sueños, o síntomas como Ansiedad, angustia, acompañada de alguna conducta disfuncional permitiendo hacernos cargo y saber escuchar a nosotros mismos y poner en movimiento aquellos procesos interrumpidos (*stopped process, frozen wholes*) o también aquellos procesos *paralizados en curso (lamento intercultural o leafing)*. La sensación sentida crea los asideros para que nosotros conscientemente nos detengamos a vivir un proceso de cambio, a *re simbolizar*, poner atención a un asunto para una posible *re simbolización*, al atender debidamente a un asidero (*Handle*). La angustia y la ansiedad tienen una significación diferente en el mundo de lo implícito pues son verdaderas alertas que debemos tomar en serio, como sucesos que nos darán el rumbo de nuestra atención, y ello nos permitirá resolver aquellos *todos congelados* y/o aquellos procesos *detenidos en curso* (aquel *lamento pendiente* del ser querido que se ha alejado para siempre de este mundo, u otro *lamento pendiente*, una pérdida afectiva y significativa en nuestra alma). En el pensamiento de lo implícito; queda esclarecida aquella concepción de Kierkegaard (1813-1885) de ver en la angustia un *síncope de la libertad*, pronunciada hace casi doscientos años por el filósofo danés. La angustia sería algo incómodo y desagradable, pero es aquello que nos despierta de la comodidad diaria. Gracias a la angustia podemos enterarnos que ALGO necesita atenderse, y si lo hacemos desde el implícito entonces la sesión de *focusing* nos permite vivir esta nueva dimensión del cambio terapéutico. Como veremos, esa angustia es fruto del asidero, y ese asidero será el punto crucial que nos lleve a la huella experiencial camino al punto donde se encuentra el proceso detenido o congelado. Es como el concierto de aves agitadas que nos dicen que estamos llegando a tierra continental.

El *focusing* es el proceso por el cual una persona se encuentra con su pasado para una transformación que permite poner en movimiento el implicar detenido. El cuerpo *reesquematiza* el pasado en el *aquí y ahora*.

La autopropulsión no sólo se involucra en el gran proceso simbólico propiamente tal, sino que participa en el proceso significativo de nuestro cuerpo que Gendlin denomina *implicar*.

con el ambiente con el que nos toca interactuar. Para nosotros los seres humanos, el contexto constituye parte de nuestro cuerpo, en tanto que una computadora no tiene contexto significativo sino sólo un sustento mecánico y operativo. He allí los límites y a su vez los beneficios de una máquina cibernética, su neutralidad mecánica y reiterativa. Pero la maravilla de los seres humanos es que depende en qué contexto escribimos y componemos, y es diferente el proceso de sentir dependiendo donde estamos.

Cuando el implicar entra en acción en la vida cotidiana a través del comportamiento que el cuerpo inicia para desarrollarse y mantener la vida, esta conducta diaria se propicia en forma auténtica, es decir con una *codificación certera* que nos permite sentir como propio aquello que estamos haciendo o sintiendo.

El implicar da comienzo a un *ciclo funcional*, es decir al iniciarse un proceso determinado que el cuerpo necesita realizar para vivir, la presencia de la autopropulsión es fundamental para otorgar el sello de la autenticidad. No olvidemos que la autopropulsión nos da esa certeza para sentir como propio lo que estamos sintiendo y con lo cual nos sentimos comprometidos en forma total, recordemos que es aquello que nos permite decir SÍ, ESO ES LO QUE YO SIENTO, aquella afirmación certera que proviene en forma holística desde alguna parte de nuestro ser²¹.

La autopropulsión permite que el implicar pueda interactuar con los hechos del medio ambiente y otorgar su disposición ante ellos para que suceda el acontecer (*occurring*). Para Gendlin, el implicar interactúa con el contexto a través de una secuencia corporal sentida, generándose una *trenza experiencial*, en que *el acontecer se vuelca en el implicar (Gendlin)* de tal manera que el proceso experiencial continúe, y así, la vivencia existencial pueda seguir el rumbo que le otorga la autopropulsión. Nuestra existencia es por lo tanto el acontecer que se vuelca en el implicar. Imaginemos el modo en que pedaleamos una bicicleta, un pedal ejerce el implicar con la fuerza de avance y la velocidad es el acontecer, cada pedaleo es un avance. El andar en bicicleta es un implicar que está funcionando y puede generar un ciclo funcional. Si no hay accidente, aquel ciclo vital estará siempre disponible (Gendlin [2017](#)).

La autopropulsión es la voz de la autenticidad, el sello propio que nos permite entrar en el río de la experiencia singular, cuando comenzamos a sentir algo que es distinto y nunca antes lo habíamos sentido, cuando tomamos en nuestras manos nuestro proyecto auténtico como diría Heidegger. Cuando estamos en el camino auténtico, y lo escuchamos y aceptamos algo de esa verdad, entonces “ese algo” se reversiona y luego desaparece la angustia, o desaparece el velo de la falsa felicidad, o la encrucijada del tormento personal.

En síntesis, nuestra construcción del edificio conceptual implícito, nos brinda una explicación del cambio terapéutico: un suceso traumático del pasado es despertado por algún detalle de una situación semejante del presente; la sensación sentida es autopropulsada a traer ese suceso guardado en nuestro tejido corporal. Con la ayuda de la resonancia empática, los

²¹ Tenemos acceso al SER (Heidegger), es decir, aquella misteriosa dimensión que emerge cuando sentimos algo como propio a través de lo Implícito y especialmente a través de la resonancia empática y nuestra sensación sentida. Heidegger decía que el ser era centrífugo, se volcaba hacia afuera en el momento luminoso. El SER pertenece al mundo implícito, por ello existiría una confluencia ontológica, implícita y espiritual. Veremos el enlace más adelante cuando tratemos con la experiencia espiritual.

subprocesos del implicar detenido dan origen a una nueva versión, el cuerpo ha re-vivenciado un significado y esa novedad genera un fenómeno holístico de cambio acuñado como el *eveving* (Gendlin [1992a](#)).

El cuerpo humano es significativo y él actúa siempre como un todo (cuerpo y corteza cerebral, esa es una unidad, no una dicotomía), la sensación sentida es autopropulsada y con ello atiende aquello que se ha desarchivado, ese episodio detenido, y en ese implicar es donde se encuentra aquello que estaba detenido. El asidero nos lleva directamente al cambio, nos lleva a la herida emocional, allí donde ocurrió el accidente, o aquel momento difícil que tuvimos en la infancia o en cualquier momento de nuestra vida. Gendlin le llamo *cuerpo ambiente 3* (Gendlin [2017](#)) o paisaje experiencial (Riveros y Riveros [2025](#)) suceso detenido del pasado.

5. Autopropulsión y autenticidad: experiencia de crecimiento

Cabe destacar la importancia vital de la autopropulsión en el fenómeno del cambio terapéutico. El ser humano no es una tabula rasa, es una existencia en devenir permanente. El cambio acontece como un *fenómeno auténtico* en la interacción del *implicar* y el *acontecer*, permitiendo que la *felt sense* pueda encauzarse por el camino verdadero que nos dicte nuestro sentir total y nuestra existencia. Recordemos que la Psicología Humanista Americana fundó la Asociación de Psicología Humanística (1962) y en aquella histórica declaración de principios, uno de ellos precisamente fue que la psicoterapia debería aspirar a lograr la Autenticidad como meta última del proceso de cambio, i.e., la Psicoterapia debía ir más allá de la extinción de síntomas y asegurar un camino hacia la autenticidad. Hoy lo vemos real y posible con este descubrimiento de Eugene Gendlin: el *acontecer volcándose en implicar*. Este implicar pleno está garantizado y custodiado por la autopropulsión. En otras palabras, la autopropulsión es una condición *sine qua non* para que acontezca el cambio, de acuerdo al código de la autenticidad. Con ello se asegura respetar los valores y creencias legítimas de la Persona que consulta. Asimismo, se descarta la manipulación o la intervención ideológica. El individuo humano está dotado de autopropulsión pues ella es parte de nuestra composición como especie, las opciones del medio ambiente interactúan con el implicar y el acontecer, proceso ancestral que permitió el éxito adaptativo del *homo sapiens*. El *focusing* postula que el cambio terapéutico es un acto singular, que nace de nuestro espacio interior, o dicho de un modo más experiencial, debe *sentirse* como propio. En este postulado puede asomarse lo que está detrás de esta concepción de sensación sentida autopropulsada: el respeto más absoluto a la singularidad individual, la autonomía para elegir de acuerdo al propio sentir, la libertad para decidir de acuerdo a la propia convicción. La autopropulsión es una garantía experiencial de este valor trascendente de la Persona Humana. No hay en absoluto ninguna influencia del criterio personal del terapeuta: si no hay autopropulsión, entonces no hay cambio posible, ya que la autopropulsión esta intrínsecamente presente en el

proceso de la creación del significado, que en sí, es auténtico, he allí el principio fundamental para la auto determinación y también para la creatividad.²² El cambio es un acontecer auténtico y todo acto auténtico es creativo: el cuerpo siempre nos sorprende en la sesiones de terapia cuando nos trae la novedad, que además resulta ser la solución óptima que nunca habríamos sospechado.

Podemos concluir en este punto que el cambio proviene desde nuestra auténtica autopropulsión y que el cambio ocurre en primer lugar en el implicar corporal del cliente, y en segundo lugar llegará a la desaparición de los síntomas desadaptativos, como aquella niebla pesada que se disipa por la llegada de un nuevo día, un nuevo día que se ha traído una transformación que *viene desde nuestro* fuero interno. Agregamos ahora que desde la autopropulsión aseguramos un futuro nuevo: la vida plena y la interacción con otros.

En el antiguo modelo, se sostiene que el cambio viene desde afuera, y que además al trabajarse en los síntomas, desaparecería la enfermedad, la neurosis, la depresión, o la ansiedad debido a un cambio en la percepción, como una *súbita cascada cognitiva*, como decíamos al principio de estas líneas, incluso la extinción de síntomas es una verdadera re educación de nuevos comportamientos, todo dirigido desde el exterior. Detrás de esta concepción epistemológica reside un supuesto que la libertad humana es una ilusión engañosa, pues en esta visión subyace la idea que nos determina el medio ambiente o nuestro pasado. No significa esto prescindir del contexto y sus circunstancias. Compartimos con Ortega y Gasset, nuestras circunstancias con-viven con nosotros, no nos determinan, sino que interactúan con nosotros, y podemos actuar sobre ellas.

1. En el nuevo modelo, el pasado nos *esquematiza*, pero no nos determina, lo podemos *re esquematizar* y crear un nuevo implicar saludable, elegido gracias a la autopropulsión. El ambiente ofrece muchas alternativas de interacción, el proceso de implicar y acontecer autopropulsado permite seleccionar aquel alimento que no es tóxico, o aquella comunicación ineficaz que proviene del medio ambiente inmediato. El implicar es impredecible y estrictamente indeterminable (Gendlin [2017](#)). Nos referiremos a ello nuevamente cuando nos refiramos al devenir histórico, que dicho sea de paso, por supuesto es autopropulsado.
2. El nuevo modelo de Gendlin, postula que primero acontece el cambio y posteriormente tomamos conciencia y percibimos lo ya logrado por la transformación experiencial; todo el bienestar que nos trae el cambio constituye la consecuencia experiencial y comportamental, y una de esas tantas consecuencias es también el cambio de la Percepción.

²² Queremos destacar el pensamiento ecológico del respeto que la autopropulsión tiene respecto a una situación humana, o un conflicto. La autopropulsión dictamina aquello que es saludable, y sabio, dado que el cuerpo es mitad ambiente y mitad cuerpo. Detrás de la autopropulsión esta el respeto a la vida y a la vida de todo lo que es considerado un ser vivo. *No es obvio* y por ello lo mencionamos, no hay un determinismo desde el pasado sino sólo un formateo del pasado, la auto propulsión es impredecible y siempre “autoriza” la simbolización sana y ecológica para la persona y quienes le rodean.

En este nuevo modelo, lo que se está sosteniendo es que una *sensación* da inicio al implicar, permitiendo que emerja un sentimiento, que, al interactuar con la resonancia empática, se activa el proceso experiencial del cambio terapéutico. Entonces la autopropulsión permitirá generar un nuevo acontecer e implicar originario. Aquel implicar que se había congelado, y que causaba la angustia y otros síntomas, ahora podrá tomar un nuevo cauce, gracias al cambio, o la novedad (*eveving*). Posterior al cambio, se inicia un nuevo camino, sintiéndose una continuidad del implicar inicial, lo que se vivencia en una nueva versión del problema y una última etapa posterior al cambio que hemos denominado *visión panorámica*. Recién entonces comenzarán a desaparecer los síntomas pues ellos eran parte del refractario proceso del implicar detenido hasta ese momento, he allí la paz extraordinaria lograda (Gendlin [1992a](#)).

3. El *nuevo implicar* ha permitido el cambio; i.e., haber puesto en movimiento lo que estaba detenido, y posteriormente, un cambio a nuestra percepción. Este hallazgo permite confirmar empíricamente que el cambio comience en el cuerpo y termine en la consciencia de ese *algo inicialmente angustioso*, y no al revés como postula la psicoterapia tradicional. A modo de síntesis, en el nuevo modelo, primero cambiamos, con ello se extinguen los síntomas, y recién nos damos cuenta de que hemos cambiado, que nos sentimos plenos y en paz. Permítanme describir una sesión terapéutica para hacernos una idea más cercana a lo que sucede en terapia cuando utilizamos *Focusing*, utilizando la nueva nomenclatura que habla de nuevos fenómenos descubiertos por Eugene Gendlin

6. Breve descripción de una sesión terapéutica

Haremos una descripción de lo que sucede en una sesión terapéutica con *Focusing*. El cliente viene con un Algo (**Referente Directo**) a la consulta del terapeuta. Ese algo es escuchado empáticamente para que el cliente lo sienta nítidamente en su interior. Le pedimos cerrar los ojos y ver donde se localiza esa sensación que sostiene su motivo de consulta. El cliente cierra sus ojos y comienza a sentir esa extraña sensación, y algo confuso comienza a surgir como imagen corporal que surge de su implicar inmediato (**Asidero**). Esa imagen corporal es acompañada con empatía y se hace más nítida, se siente plenamente y se abre el camino hacia el momento en que acontecerá el cambio (huella experiencial) que conduce al *Momentum experiecialis*, instante en que se producirá al cambio. En ese momento el cliente sufre un nuevo impacto de ansiedad, al acercarse al centro de la herida, o *implicar detenido o congelado*. En este momento extremadamente delicado, el terapeuta espera y acompaña con su *Presencia empática*. El cliente está en pleno *tiempo cero*. De pronto, desde la oscuridad interior, y siempre con los ojos cerrados, surge algo extraordinario conocido como una *novedad*. Nos explicamos, acontece el gran fenómeno del cambio que consiste en poner en movimiento una experiencia paralizada o detenida. El implicar detenido posee subprocesos

que, al interactuar con la empatía, permiten que se produzca un nuevo acontecer, es decir una *nueva versión corporal* acerca del problema. Este es el nuevo acontecer experiencial; este es el cambio (**Novedad o eveving**), lo que ha estado codificado por la *autopropulsión* y resignificado como un solo todo por medio de la *sensación sentida*. Es el cambio que ha acontecido y se abre una nueva escena que el cliente narra en una total tranquilidad (experiencia espiritual porque se experimenta un movimiento de fuerte alivio, como algo pesado que se extingue, y se logra sentir una paz trascendental. Profundizaremos en este concepto de experiencia trascendente en el próximo punto. Hemos llegado entonces a una última etapa inmediatamente después del cambio, holístico: **Visión Panorámica, última etapa del focusing como fenómeno**). Este nuevo paisaje es la continuación de lo que estaba paralizado. En el proceso del *Focusing*, el movimiento está aconteciendo en el presente, gracias a la autopropulsión y la sensación sentida. El movimiento experiencial por ende comienza con el *referente directo* y termina en la *visión panorámica* (Riveros y Riveros [2025](#)).

La transformación implícita y la experiencia espiritual

La autopropulsión es el proceso por el cual se echa a andar la creación del significado, da inicio a un movimiento experiencial, como fruto de la interacción organismo y contexto inmediato. Este inicio es un proceso total, y esta condición holística está dada en una corporalidad totalizada con su contexto. Esta corporalidad se concretiza en una trascendencia: ello es una experiencia espiritual porque nos sentimos sostenidos en la vida. No obstante, en el mundo occidental hemos llegado a conocer la espiritualidad como un asunto exclusivamente religioso, es decir una fe en la que creemos como un fenómeno de religiosidad concreto con una deidad específica. Una experiencia trascendente no está necesariamente referida a la ritualidad y práctica de una religión en concreto, sino a la *vivencia espiritual* que nos permite sentir una Paz extraordinaria con una sensación corporal de unidad y del todo, vivenciar sin darnos cuenta que somos Alguien sostenido por la Vida.

El recién nacido sólo lo vivencia, no sabe de qué se trata, solo siente ese retorno a la cuna como un retorno al mundo seguro de dormir, de vivir en la paz del momento implícito en el cual viven los niños. La experiencia de trascender la propia existencia, sentir que en el propio cuerpo se vivencia algo que nos hace más livianos, en que nos sentimos en una unidad con todo lo que nos rodea, el paisaje del mundo y el paisaje del amor seguro de quienes nos cuidaron. Veamos ahora la experiencia de trascender en la vida adulta y en la psicoterapia.

Para Gendlin ([1996](#)) una experiencia espiritual tiene tres aspectos fundamentales: lo primero es un sentimiento sutil y corporal, con un significado vago, dichos sentimientos que pueden ubicarse en el cuerpo, no son sólo emociones, sino sentimientos con significados. Este sentimiento complejo y vago contiene significados implícitos nuevos, aunque el significado

exacto aún no se complete cognitivamente. Lo segundo es este sentimiento incierto que nos “trae” un significado implícito y al poner atención a lo incierto con delicadeza y gentileza, algo se devela, se libera, crea una claridad y calma que nos trae una paz. Finalmente, la experiencia espiritual implica un proceso de crecimiento trascendente, algo nos ocurre, nos sentimos más livianos, algo ha crecido internamente, una armonía nunca antes vivida.

Contenido

Es menester aclarar además que Gendlin estableció una distinción entre contenido y proceso (Gendlin [1964a](#)). El contenido de una palabra o de una imagen es el aspecto explícito y cognitivo, el cual es susceptible para entrar en el cauce del análisis y la explicación lógica. Dado que la razón y la lógica fueron dando un formato explicativo que permitió el desarrollo de la literatura (poesía, teatro), escultura y arquitectura en la Grecia Antigua, nació la filosofía, la actitud científica y la experiencia empírica. La ciencia permitió el control sobre la dimensión explícita y empírica, acontecido a lo largo de la historia. Por su parte, la religión en sus diferentes manifestaciones dedicó su estudio a las sagradas escrituras y al significado teológico de las escrituras antiguas. La razón fue la forma única de conocer lo empírico y permitió la filosofía y las letras. La psicoterapia siguió el mismo camino, y la explicación e integración de contenidos fueron posibles en las primeras manifestaciones terapéuticas del siglo XX y en la actualidad. Esta tradición del contenido la desarrolló Homero, y esa tradición del contenido y mitología se absorbió como explicación en una etapa inicial de la Psicoterapia quien se ha esforzado en alcanzar una dimensión científica. Por ello en sus inicios fue la llave de oro de terapéutica y sus esfuerzos por trascender la explicación.

Proceso

Por otro lado, la dimensión procesal recién comenzó con Carl Rogers y Eugene Gendlin en el período de postguerra, en los Estados Unidos. Quienes pusieron su atención en la dimensión experiencial. En su teoría del cambio, Gendlin comienza con esta distinción crucial, el cambio es posible en la dimensión experiencial y eso significó poner toda la atención al proceso vivido por el cliente y no atender el contenido. Poner atención en el proceso, significó poner atender aquello que estaba debajo de las emociones, lo que se consideró el mundo implícito, el mundo de los sentimientos. Lo implícito es aquello que no se logra ver, ni palpar. Ha surgido la necesidad de ponerle atención en lo invisible, cualquier proceso experiencial es un fenómeno vivo, algo dinámico que se transforma. En la dimensión humana podemos apreciar las dos dimensiones de contenido o de proceso: si alguien nos dice “Estoy triste y no sé exactamente por qué y no sé qué me pasa”: la Psicoterapia tiene dos opciones: coloca la atención en el contenido y realiza un análisis de contenido, y preguntaría, desde cuándo que está Ud. triste y se espera que el paciente responda y luego el terapeuta da una explicación, esbozando las causas de aquello (lo cual puede ser muy acertada como

explicación). De allí la importancia de saber preguntar e interpretar en psicoterapia o en el coaching. Pero si nuestro propósito es atender el proceso inmediato que está experimentando la persona que ha pedido ayuda, como por ejemplo por su estado de tristeza. Y si el terapeuta le responde, lo que me quiere decir Ud. es que se siente abrumado y sorprendido de sentirse triste y no logra saber por qué, pareciera que Ud. quiere comprender qué es lo que realmente le sucede en este momento. Hemos puesto esta respuesta de la terapeuta excesivamente larga solo para ilustrar el sentido de exploración evidente, podemos hacerlo más corto y sencillo y le podemos decir, *está muy “asustado por lo que le sucede”*. Si le acierta al sentimiento exacto, que podría ser el susto que siente, conjeturar que existe un susto por algo grave que le puede estar sucediendo. Y en entonces si es así, la persona respondería: Sí, Ud. lo ha dicho, más que triste, estoy asustado que esto pudiera ser algo grave, una depresión o un cuadro neurológico grave. Pero si el paciente dijo “triste” ¿por qué el terapeuta procesal dijo susto en lugar de tristeza? Empíricamente, sólo si el terapeuta acertó y el cliente dice Sí, Ud. lo ha dicho porque no se si esto se debe a algo que me pueda a suceder. Si el cliente dice esto, entonces podemos decir que esa autoexploración o auto explicación es una muestra de algo que se está moviendo, algo vivo, entonces decimos que el terapeuta ha hecho referencia al susto más que a la tristeza es porque se ha usado una resonancia empática. He aquí el descubrimiento: la resonancia empática (una forma de intuición, una respuesta del terapeuta que surge de su entrenamiento, donde se ha demostrado que la palabra empática cuando captura el significado implícito de los sentimientos invisibles, entonces decimos que el movimiento en el implícito obedece a otras leyes que no son de la lógica ni de la causa-efecto, sino una respuesta que surge de la dimensión corporal y que capta precisamente aquello que es implícito: la sensación sentida . Por la sensación sentida del terapeuta, puede producirse una interacción certera y empática con el proceso del cliente. Y cuando ese proceso termina, siempre acontece aquella PAZ mencionada y comentada hasta este instante. Pero no debemos confundir esto con el *mindfulness*, aquí, el terapeuta interactúa holística y experiencialmente con los asuntos que le preocupan al cliente, atendiendo en el aquí y ahora aquel proceso de creación del significado que lo conduce a una posterior transformación (*eveving*): solo si hay verdadera transformación.

El trascender, llegar a la transformación experiencial ha sido necesario algo diferente que una explicación cognitiva, ha habido una remoción experiencial y un camino zigzagueante de transformación, un movimiento que generó el cambio de un patrón emocional que producía el sufrimiento, y luego de esta transformación corporal, el proceso conduce a un final de absoluta paz. Toda transformación personal y espiritual es corporal, implícita, sin importar si el cliente sea creyente o no. Nuestra experiencia ha sido profundamente transformadora y cuando le hemos pedimos al cliente que nos diga en qué cree o en quién cree, a quien le agradecemos lo logrado, nos responden: el universo, Dios, mi madre que ya no está en este

mundo, a la Vida, a la materia, La Razón, La Fortuna, cualquier creencia fundamental que tenga el cliente es una legítima manera de explicarse a sí mismo.

La dimensión espiritual humana y cotidiana es una experiencia viva, procesal, a la que podemos tener acceso a ella al acompañar los sentimientos vivos del proceso. En esto consistió el descubrimiento precisamente del focusing de Gendlin y citado por Hinterkopf (1995) en su breve historia del *focusing*: atender una sensación sutil de incomodidad ante algo y allí podemos tener una experiencia de transformación personal que culmina en una experiencia espiritual aun cuando seamos ateos, o creyentes, o agnósticos, o la firme indiferencia a la idea de una Deidad. Por eso, el solo hecho de soñar con Cristo o Alá o Buda, cualquier deidad no significa necesariamente estar viviendo una experiencia espiritual. Podemos atender al contenido y tomar una línea racional, o bien podemos atender el proceso de sentimientos a propósito de haber soñado con semejantes imágenes de una Deidad. Si atendemos al proceso, la persona llega a experimentar una transformación que culmina en una Paz profunda, una vivencia del cosmos, una sensación de plenitud, siente ser parte de un todo. Acompañando una experiencia de espiritualidad en la visión panorámica, con lo que hay de esencial en ella: el sentimiento de Paz nunca antes sentido (Riveros y Riveros 2025)

La autopropulsión como una fuerza también individual que impulsa al crecimiento y a la plenitud singular del individuo. Pero también hemos adelantado que ella es una fuerza que mueve la rueda experiencial, es decir, el proceso fundamental de la creación del significado personal en nuestra vida cotidiana. La autopropulsión actúa en la continuidad de un proceso de implicar hasta ahora detenido, y que se pone en movimiento como un implicar nuevo, un implicar al futuro. Así también, la autopropulsión permite un nuevo acontecer en el proceso del implicar detenido en curso (*leafing*). Para Gendlin, como se ha podido ver, existen dos tipos de proceso detenido, el congelado propiamente tal y aquello que es reiterativo e insistente, pero su movimiento acontece sin contexto, y le llamó el detenido en curso. Esto sucede con nuestras pérdidas: cuando nos quedamos sin hogar, un ser querido que ha fallecido, etc. Este es sin duda otro gran descubrimiento de nuestro autor, cual es detectar algo que está funcionando implícitamente pero no tiene contexto pues alguien o algo muy querido ha desaparecido. Gracias a la autopropulsión y después de acontecido el *eveving*, se pueden completar los diálogos pendientes (con sucesos pasados y sucesos de pérdidas, pérdida de personas y/o contexto) los que ahora podemos continuar, al evocar aquel proceso de implicar detenido y en curso, (por ejemplo, el inmigrante que se quedó sin su país, sin contexto, o el cambio de residencia a otra ciudad o país). El diálogo podrá continuar aconteciendo en un proceso interrumpido con los seres queridos que ya no están en este mundo, o con el país que quedó atrás, o aquellos diálogos que ahora podrá sostener con el infinito y con la trascendencia. Este diálogo interior, reparador y auténtico que se reinicia acontece gracias a la sensación sentida que continúa creando símbolos e imágenes en la

interacción con aquellos seres queridos que no están con nosotros, i.e. el país añorado, el ser amado que ya no está, porque todo aquello ha quedado en *la textura del cuerpo* como diría Gendlin. Entonces podemos decir ahora lo que significa el pasado para Gendlin, el suceso pasado es algo vivo pero guardado (como un verdadero video). Desde el momento del cambio, la transformación personal trae consigo una resignificación de aquello que revive la persona, aquella situación que ha ocurrido veinte o treinta años atrás. Pudiendo verse y sentirse dentro de esa escena, para ser versionada por el cuerpo o la sensación sentida en particular. En el nuevo implicar ha sucedido un nuevo acontecer, es decir en el caso de la pérdida de contexto, la sensación sentida crea una situación en que aparece un nuevo contexto: aparece aquel que está ausente o el hogar perdido. Esta transformación ha creado un nuevo contexto (Gendlin [2017](#)) y esta creación se auto propulsa hacia el futuro. Pero al emerger una imagen de aquella persona que ya ha fallecido, ello es una imagen creada por la sensación sentida en que esa persona habla y responde a los interrogantes del cliente. Es esa creación nueva un acontecimiento implícito que finalmente llegará a una plenitud experiencial y espiritual: la vivencia de trascendencia, una corporalidad en armonía, y calma total, una vivencia del todo. Gendlin agrega a esta fuerza de la autopropulsión el poder de movimiento hacia el futuro y en consecuencia de llevar adelante el proceso con una dirección implícita, haciendo eco del concepto de intencionalidad de la experiencia o vivencia interna, de acuerdo con el filósofo W. Dilthey, quien fuera motivo de la tesis doctoral de Gendlin. En el año 2009, Gendlin me compartió que la autopropulsión tenía una dirección misteriosa que no la podían predecir los terapeutas ni tampoco el propio cliente. El poeta español, Antonio Machado lo decía en 1909, solo conocemos nuestro andar, nos movemos con nuestra autopropulsión sin saber a dónde...

“¿A dónde el camino irá? Yo
voy cantando viajero a lo largo del sendero
la tarde cayendo está.” (en Campos de Castilla, A. Machado, [1975](#))²³

La experiencia consciente no sabe por dónde irá, pero la autopropulsión sí lo sabe, aunque nosotros tampoco lo sepamos y, menos lo podríamos programar. De acuerdo a Heidegger el ser es centrífugo, va hacia afuera, es acción, acción en el mundo por supuesto, sin el mundo no habría acción. Por ello es que lo esencial de nuestra realización humana es el quehacer, en unión indisoluble con el contexto, y con los sentimientos que provienen del espacio interior²⁴. Siguiendo a Heidegger, si el ser se abre hacia adelante, constituyéndose en un presente

²³ Cuando hablamos del Implícito estamos en el territorio del SER, y de acuerdo a Heidegger, sólo los filósofos y poetas pueden referirse al SER y sus acontecimientos. Por ello nos permitimos citar con seria responsabilidad el modo en que filósofos y poetas nos contribuyen a la descripción de los procesos humanos y podríamos decir que lo implícito, lo ontológico y espiritual se integran en la condición humana habitando en este momento el planeta en forma de sociedades nativas ancestrales y todas las formas humanas actuales del *homo sapiens*.

²⁴ José Ortega y Gasset, filósofo español decía que el quehacer caracteriza la vida humana, pero no hacer cualquier cosa, sino aquello que es menester, es decir lo que nos indica nuestra auto propulsión, nuestra intuición, nuestra razón vital.

donde el tiempo se estira y se contrae. De allí la coincidencia con aquella idea del tiempo cuántico, el tiempo simultáneo (Gendlin [2017](#)). Cuando acontece el cambio, nuestro sentir auténtico comenzaría a comparecer, es entonces cuando todo sucede al mismo tiempo, ya no prima el antes ni el después, sino un presente que contiene todos los tiempos: pasado, presente y futuro, todos los cuales acontecen en el presente, en el aquí y ahora. La autopropulsión es una fuerza endógena de nuestro cuerpo-en-el-mundo, una fuerza que nos lleva al futuro a través de una intencionalidad intrínseca a la experiencia, ya que, en cada presente de nuestra vida, llevamos el pasado y también el futuro. Gendlin concibe el instante presente, como un acontecer autopropulsado (tiempo y espacio se sintetizan en un tiempo simultáneo, un tiempo cero). El futuro no está a la vuelta de la esquina, sino en el mismo presente, el futuro es ahora porque la autopropulsión está operando ahora, a través de un nuevo implicar en la dimensión implícita, en ello consiste la transformación (Gendlin [2017](#)).

El mundo implícito y la experiencia espiritual

Aclarada la noción de tiempo simultáneo, la experiencia de transformación nos coloca de pleno en la experiencia espiritual, donde aparecen los tres elementos que, de acuerdo a la descripción realizada por Gendlin (1996) citado por Hinterkopf ([1988](#)). La experiencia espiritual surge desde el implícito, desde un cuerpo significativo en plena transformación desde una sutil sensación de incomodidad, una sensación que se amplía internamente en una tranquilidad ancestral, dada la novedad del *eveving*. Para comprender esta metamorfosis al instante y simultánea, es menester hacer una breve descripción de lo implícito en un lenguaje terapéutico, más cercano a todos nosotros. Veamos entonces, brevemente qué es lo implícito y así podemos continuar con la descripción conceptual de la experiencia espiritual.

El implícito es lo invisible, en el proceso de gestación de sensaciones, sentimientos y el significado que acontece en nuestro espacio interior, aquello invisible que transcurre ahora entre el lector y la lectura de estas líneas. Es aquello que ilustraba Saint Exupéry cuando decía, *lo esencial es invisible a los ojos*, aquel presentimiento, las sensaciones, las corazonadas, la intuición, los sentimientos constituyen la parte viva y dinámica del mundo implícito. Aunque cercanas, las emociones son explícitas, originándose en la dimensión implícita-corporal, le “vemos” en su expresión facial como *protolenguaje* (Gendlin [2017](#))²⁵

²⁵ Protolenguaje los gestos faciales y corporales que tenemos en un momento dado de los cuales no tenemos exacta noción: nuestro rostro natural no sabemos cómo se ve ante el otro, no somos conscientes de nuestro rostro como lo vemos cuando nos miramos en un ejemplo. Tan ajeno somos a lo que gesticulamos de verdad, es el rostro visto por los demás y que nosotros no vemos. Por ello la madre se da cuenta lo que siente el bebé y puede ser empática sin nunca haber escuchado nada sobre la empatía. El protolenguaje lo compartimos con los primates y en general con nuestras mascotas. El rostro homínido es inocentemente expresivo e inconscientemente interpretado por la madre adulta, sea ésta humana u homínida. Por eso los primates tienen gestos emocionales pues tienen procesos implícitos que son señales que se interpretan sin necesidad de un procesamiento consciente. Ver el concepto de protolenguaje en Un Modelo Procesal, [2017](#), Cap. VII, pág. 169, UMP, información editorial en la bibliografía.

Todo esto resulta invisible y, sin embargo, nos está aconteciendo siempre gracias a un cuerpo significativo. Como decíamos, las emociones, son visibles y medibles, porque ellas se pueden percibir y cuantificar en el mundo explícito. Por eso es que la psicoterapia en general y la ciencia en particular han aceptado que las emociones pertenezcan al área de investigación científica. Los sentimientos sin embargo son ocultos, no es que se escondan a propósito, sino que ellos navegan bajo la superficie del río experiencial, porque no son explícitos a nuestra vista consciente, no necesitan serlo para cumplir su cometido. El propósito de los sentimientos es darnos el significado exacto que tienen nuestras interacciones subliminales, a través del implicar de nuestro cuerpo en contacto con su ambiente.

De hecho, como ya le adelantáramos al lector, podemos vivenciar un sentimiento sin saber aun exactamente qué sentimiento es, podemos vivenciar y eso ya es consciente para Gendlin, por el *protolenguaje*. Nuestro rostro expresa gestos emocionales de un modo no-deliberado, al menos que seamos un actor profesional. Tomemos una situación particular. Cuando el cuerpo comienza a implicar, es porque hay una interacción en marcha y comenzamos a sentir sin saber conscientemente qué es exactamente eso que está emergiendo. Supongamos por un momento que podemos pronunciar algo complejo (algo intrincado) pero no por ello sabemos todo el significado que nos trae, y luego de terminar de sentirlo completamente nos damos cuenta que al parecer que eso es algo así como una tristeza. Nuestro rostro lo puede estar expresando sin nosotros darnos cuenta. El protolenguaje es un fenómeno que nos permite mostrar que primero sentimos y posteriormente lo percibimos. No somos conscientes de nuestra expresión facial cuando hablamos con alguien, pero nuestro interlocutor sí percibe lo que expresamos en nuestro rostro. Una vez acontecido el cambio, el cuerpo continuará significando y su implicar continuará con nuevos acontecimientos. Lo invisible se siente en el cuerpo y el movimiento experiencial es incesante. Son los días posteriores a la sesión de cambio, los nuevos descubrimientos que nos va entregando nuestro sentir corporal. Todo este acontecer es invisible, y su descripción es implícita.

Este cuerpo significativo no habla en palabras, sino que crea un recurso con significado implícito: el sentimiento. Esos sentimientos crean imágenes, como en los sueños, imágenes impregnadas de sus propios sentimientos, traen un significado implícito. Si en una sesión de *focusing*, el cliente que está sufriendo por la pérdida de un ser querido, comienza a sentir a esa persona, la siente en su cuerpo como un suceso vivido recientemente y talvez por mucho tiempo, incluso si está lejos o ha fallecido esa persona, igual es capaz de sentirlo en su totalidad. Pues de pronto esa persona querida “aparece” en la situación implícita. Y sucede muy a menudo en terapia, el cliente narra “sostiene su conversación *in vivo*” con esa persona, narra que ella le sonríe, y le dice que ella está bien y que debe vivir sin tristeza, porque ella está feliz allí donde está”. Esa escena es narrada y con asombro por parte del cliente es una creación de su sensación sentida en pleno proceso de transformación y superación del duelo,

pues la sensación sentida está creando una nueva versión del asunto (lo que pronto se podrá apreciar en una aceptación final) Allí es donde precisamente podemos constatar que esta transformación es corporal, e implícita y concluye en una experiencia nueva de trascendencia, una vivencia espiritual-corporal. La nueva versión ha transcurrido en el mismo momento que el cambio (tiempo simultáneo), lo que el cliente logra ver y sentir, lo hace con los ojos cerrados y todo su cuerpo incluyendo su rostro que expresa los cambios faciales al instante (protolenguaje) que nos dicen lo que va sintiendo momento a momento. El cliente no logra ver su propio rostro, pero el terapeuta lo ve a plenitud (Gendlin [2017](#)).

El protolenguaje tampoco nos deja ver nuestro rostro con nuestros ojos abiertos. Pero la expresividad gestual es explícita. Los sentimientos que construyen los significados son implícitos y ellos interactúan con la resonancia empática, para hacerse más patentes, más sentidos. La nueva versión es fruto de un fenómeno corporal de transformación que al final del proceso de *focusing* hemos acuñado a esta última etapa del *focusing* como fenómeno: la visión panorámica (Riveros y Riveros [2025](#)).

La experiencia espiritual se manifiesta a partir del cambio, es la transformación misma. Y tiene lugar pleno en la Visión Panorámica, la que es el último escenario que vive el cliente en un proceso de *Focusing*. Esta visión panorámica es la vivencia patente de estar en otro estado, el cliente se vuelve creativo, sereno, en verdadera paz interior. El cliente siente que la Vida lo sostiene, siente una liviandad y amplitud en su cuerpo, como que es su cuerpo fluyera en un nuevo paisaje solitario, nuevo, nunca antes visto ni habitado. Allí la persona siente que está viviendo un nuevo capítulo de su vida. Está totalmente en el *aquí y ahora*. Siente que el tiempo es trascendente, y comienza una interacción estética, y personalísima con su paisaje. Facilitada por la empatía, el cliente es acompañado en su sentir y su movimiento creativo. Allí el tiempo es CERO, allí está aconteciendo el presente, el pasado y futuro, en el tiempo simultáneo, esta es la dimensión implícita, un encuentro de la persona con su ser profundo. Es una experiencia que trasciende los propios límites personales; una experiencia transpersonal implica una expansión o extensión de la conciencia, más allá de los límites de sí mismo y más allá de los límites de tiempo y espacio (Grof [1976](#)).

Cuando el cliente vive en *focusing* una experiencia corporalmente sentida de expansión, generalmente deviene en una experiencia espiritual Hinterkopf ([1988](#)). La experiencia espiritual incluye una aceptación vital del Todo; el crecimiento espiritual implica un alivio corporal, más energía vital, sentirse más pleno y más en el presente y en el Todo, en fin, sentirse más grande y poderoso, capaz de aceptar sucesos y partes de sí mismo, aceptar más a los demás y a la Vida (Campbell y McMahon [1996](#)).

Las imágenes corporales del cliente en una sesión de *focusing* son cargadas de sentimientos con significados que interactúan con la resonancia empática, porque lo que el cliente siente

ahora ha sido implicado en un instante pasado, el cuerpo habla en imágenes, y ellas son el reflejo de los sentimientos implicados y que se están sintiendo en el presente. Finalmente debemos aclarar que la narrativa de los clientes en la visión panorámica es siempre una escena con una Paz inmensa, con una dicha presente y trascendente, una experiencia trascendente, una experiencia universal de un proceso de transformación. No es relevante quien aparezca en la escena experiencial puede ser Jesus, Buda o Alla, o el ser querido que ya no está, el *focusing* atiende el proceso de sentimientos que cliente vivencia, sin atender al contenido cognitivo de la imagen. Gendlin hace especial énfasis en la psicoterapia experiencial, poner la atención en el proceso vivencial, y no en los contenidos. El cliente vive un cambio a través del diálogo experiencial con el Otro. En ese momento se ve una situación vivenciada en forma verosímil y al igual como en la dimensión onírica, el cliente está con los ojos cerrados, es implícita, rodeada del lenguaje del amor y de los sentimientos por excelencia, i.e., la empatía, la Presencia humana del terapeuta, el advenimiento del silencio. Lo implícito es invisible y por ello es detectable vivencialmente en el presente por el propio cuerpo significativo. El hecho es que el cliente vivencia imágenes sintetizadoras que responden desde su implicar, es decir de la relación particular que el cliente ha tenido con aquella persona con quien ha dialogado en la dimensión implícita.

Los sentimientos son los murmullos profundos y silenciosos, de una elocuencia transformadora, creados por la sensación sentida corporal y autopropulsada, lo que podemos sentir y nombrar desde el presente, desde un cuerpo-ambiente 2 (Gendlin 2017). Un cuerpo que, durante un proceso de *Focusing*, penetra en el mundo implícito del otro, como un visitante invitado al hogar interior del cliente; y de lo que está entre esa persona y nosotros. La dimensión implícita es aquella que está dentro de una situación humana, en la interacción, en el *entre* de dos personas o más. Gendlin descubrió que los sentimientos tienen información cognitiva y contextual, es decir tienen un cuadro totalizante de imágenes potencialmente elocuentes, que hablan del significado de los sentimientos emergentes en dicha situación.

La información cognitiva y contextual, contenida en los sentimientos, con una información implícita, o cuántica, se expresa en imágenes “simbólicas”, vivenciando lo que sentimos, y poder ver lo que sentimos a través de imágenes corporales autopropulsadas. Es similar a las imágenes oníricas de nuestros sueños. Cabe aclarar que el significado de los sueños ha sido explorado por el creador de lo implícito, desde la sensación sentida del cliente, proponiendo una nueva forma de interpretación de sueños (Gendlin 1986)²⁶.

En una sesión de focusing, las imágenes se auto propulsan y de este modo el cuerpo despliega una galería de imágenes cargadas de significado propio y autogenerado. El Algo misterioso,

²⁶ Se puede consultar la obra de Gendlin. *Let your body interpret your dreams* (1986). Obra que se cita en la bibliografía ²⁷ Se sugiere ver *Focusing* y el Arte, donde se hace una incursión del implícito en obras como *Madame Bovary*, *El extranjero*, y otras obras de arte. La información bibliográfica está al final de este artículo.

la complejidad implícita (*Implicit Precision*), es aquello enmarañado que la sensación sentida ha desplegado para poder ser actualizado, para ser puesto nuevamente en movimiento. Un proceso de auto regeneración corporal se ha activado, se ha autopropulsado dentro del cuerpo, todo aquello se siente a través de un proceso primario y experiencial (Gendlin [1992b](#)). Esta dinámica de la creación del significado en imágenes corporales ha acontecido en una dimensión implícita, porque se siente, pero no se ve; si cerramos nuestros ojos podemos “ver” lo que sentimos en aquellas imágenes elocuentes, parecidas a un sueño onírico por su nitidez.

La dimensión implícita nos hace interactuar con el misterio y la trascendencia. Los griegos sometían al escrutinio de los dioses del Olimpo el significado de un sueño, un mensaje desde un ámbito divino era solemnemente escuchado y quien hablaba entonces era el destino y los mandatos de lo que era preciso hacer. A través del trabajo con sueños, Gendlin descubrió que se podía interactuar con las imágenes de los sueños como creaciones de la sensación sentida y por ende considerar aquellas imágenes como verdaderas transformaciones de la trama y el surgimiento de imágenes poderosas capaces de crear mutaciones vivenciales de significado. Es como entrar a una escena de la película y volverse otro personaje de la trama y cambiar el guion (como Woody Allen en su magistral obra *Corazón Púrpura*)

Ya hemos descrito cómo opera un cambio o *eveving*. Del mismo modo, las imágenes oníricas y corporales tienen un significado experiencial autopropulsado, simbólico e implícito, reflejan un ALGO personal y experiencial a resolver. Gendlin lo demuestra por la vía de la interacción de las vivencias del cliente y la empatía. El paisaje interior “habla” y se abre con la empatía; ella nos asegura un significado auténtico al interactuar con la autopropulsión. Este mismo recurso lo hemos usado para descifrar el significado en una obra de arte. ²⁷

El lenguaje del implícito es la empatía, lo que hemos aplicado en el arte universal: nítidamente visto en el arte pictórico, escultural, elocuentemente descrito en la literatura a fines del siglo XVIII y con mucha intensidad en la literatura romántica y el impresionismo pictórico del siglo XIX. La dimensión implícita puede sentirse y comprenderse empáticamente. El arte y la experiencia espiritual son muestras empíricas de las interacciones entre sentimientos humanos y vivencias “cumbres”, también experiencias místicas que se han dimensionado como experiencias de espiritualidad.

Una dimensión de lo invisible es infinita, trasciende el paisaje cósmico, también los límites de la materia y del tiempo. En cambio, una palabra explícita tiene un significado preciso y acotado con exactitud, y al consultar el diccionario encontramos un significado explícito que es limitado y completo. Pero si esas mismas palabras las sentimos, las escuchamos implícitamente entonces sus significados tácitos son infinitos y nunca terminan de vivenciarse ni de significarse. Cuantas veces nos acontece con el paso de los años, una nueva

versión de aquello que nuestros padres nos dijeron en aquella ocasión solemne, cuando nos graduamos o cuando hicimos un largo viaje cuando niños o adolescentes.

En la actualidad, el último observador cósmico inventado por el ser humano (el telescopio James Web, puesto en órbita hace dos años y está en plena vigencia en esta 3ª década del siglo XXI). Este instrumento de última generación nos está entregando nueva información empírica como pruebas que el universo y lo físicamente existente es mucho más antiguo de lo que calculábamos hasta ahora, anterior al *Big Ban*. Estas muestras fotográficas y registros del movimiento cósmico generan nuevas teorías acerca del origen y composición del universo. Nuevas reflexiones que nos sugieren un cosmos muy antiguo, con más millones de años, mayor extensión, la existencia de universos paralelos, nuevas concepciones del espacio-tiempo, espacio sin tiempo, en la línea fronteriza entre la física y lo espiritual.

El espacio cósmico tiene una inmensidad que crece a medida que se investiga. La dimensión invisible es “infinita”. Esta dimensión casi indescriptible puede perfectamente incluirse en el Todo, lo cósmico, lo cuántico, lo implícito. Es posible que nuestro ordenamiento mental no nos permita aún totalizar lo que al parecer había estado conceptualmente fragmentado hasta ahora. Pero si lo concibiéramos como una sola dimensión donde todo lo invisible que existe aquí y acullá sea un solo TODO con sus misterios y sobre todo en los seres vivos conscientes quienes necesitan del significado sentido de sus interacciones, para comprender y respetar el fenómeno de la VIDA.

El ser humano tiene ahora una sensación sentida que, por su complejidad y presencia en la evolución homínida, ha llegado a alcanzar el proceso simbólico corporal. El retoño humano recién nacido no es capaz de caminar ni de hablar, pero interactúa clara y plenamente desde un mundo implícito durante su etapa uterina y en su nacimiento. A través de la interacción es capaz de crecer y alcanzar su madurez a través de la infancia más prolongada entre todos los sistemas de vida conocidos. Durante dicho período podemos ver un tiempo implícito predominante en el bebé junto a un crisol de neotenia, creatividad y juego. Lo implícito está plenamente en los seres humanos y a lo largo de la ontogenia estos factores continúan interactuando desde que somos concebidos, durante toda la vida individual hasta que el cuerpo muere, mientras transcurre nuestra vida, somos pura interacción. En nuestra interacción propiamente humana se reúnen lo implícito y lo espiritual, lo cuántico y la simultaneidad sincrónica, implicándonos mutuamente donde nosotros somos esencialmente acontecer e implicación. De este modo, en el caso del homo sapiens, la infancia se asemeja a la vejez pues allí es donde nos damos cuenta de una dimensión plena de neotenia, creatividad y sabiduría; si el proceso de interacción se mantiene vivo de este modo, el acontecer vital deviene un proceso permanente y significativo. El individuo humano ha extendido su longevidad fruto de un avance cultural y científico que ha sido autopropulsado. Nuestra

existencia implícita y espiritual nos ha transformado en seres con un acontecer existencial impredecible y permanente.

Autopropulsión cultural e histórica

La cultura es también autopropulsada y la historia es quien nos sorprende con un nuevo acontecer de sucesos inesperados. La cultura avanza en un ritmo autopropulsado impredecible, esto es una muestra de lo que somos como humanidad. Sino preguntémosle a la historia, especialmente en el siglo pasado cuya caída de íconos marcaron hechos sorprendentemente distintos a lo que vivenciábamos y esperábamos como cualquier generación. El siglo veinte es la mejor muestra del derribo de estatuas en las crónicas mundiales y los cambios de los regímenes políticos. Esto es autopropulsión tanto en lo individual como en lo social. La humanidad se perfecciona de la sabiduría cultural en permanente desarrollo y de los ancianos neoténicos en la interacción cotidiana. La interacción cotidiana e histórica siempre sorprende por sus resultados. En el acontecer volcándose en el implicar, lo que se vuelca en el implicar de la evolución cultural que es el cambio más visible para todos. El mejoramiento de la calidad de vida es buscado por todas las sociedades. Y este afán por conseguir una vida más cómoda y sustentable es el inmenso movimiento actual de las migraciones. Nadie habría imaginado la atmósfera actual de guerras y conflictos, nos habíamos consolado pensando que eso ya aconteció en el siglo pasado y el 2 de septiembre de 1945 ²⁷ nadie en el mundo habría pensado que esto ocurriría de nuevo. La autopropulsión de la cultura humana podría avanzar ilimitadamente, solo en tanto que el cuerpo significativo no muera. Sólo por la sorpresa histórica no podemos decir que la autopropulsión sea infinita o eterna, pues ello depende en última instancia de este cuerpo significativo y del tipo de interacción que vivamos entre individuos y entre naciones.

Después de Gendlin las situaciones humanas ya no son objetivas ni subjetivas sino experienciales o implícitas. Pero Gendlin descubrió el profundo enlace entre el lenguaje neutral de la empatía y la creación del significado de la sensación sentida. A través de este verdadero círculo virtuoso podemos tener acceso a nuestras vivencias pasadas y detenidas, pero vivas desde el presente y del pasado y de aquello que está inconsciente. No obstante, comprendiendo que para Gendlin, lo inconsciente es el cuerpo vivo y significativo. Por ello la empatía llega a ser el lenguaje del implícito, porque el sentimiento autogenerado por el

²⁷ La rendición de Japón, que marcó el fin de la Segunda Guerra Mundial, se firmó a bordo del acorazado estadounidense USS Missouri en la bahía de Tokio el 2 de septiembre de 1945. Los representantes japoneses, encabezados por el ministro de Asuntos Exteriores Mamoru Shigemitsu y el general Yoshijiro Umezu, firmaron el Instrumento de Rendición, aceptando los términos de la rendición incondicional. El general Douglas MacArthur, Comandante Supremo de las Potencias Aliadas, también firmó el documento en representación de las naciones aliadas. Recopilado en https://www.google.com/search?q=rendicion+del+japon+en+el+acorazado+Missury&rlz=1C1CHZN_esCL953CL953&oq=rendicion+del+japon+en+el+acorazado+Missury&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOTIJCAEQIRgKGKABMgkIAhAhGAoYoAEyCQgDECEYChigATIJCAQQIRgKGKAB0gEKNTE4MjRqMGoxNagCCLACAfE15DrBrijpmvfxBSOQ6wa46Zr3&sourceid=chrome&ie=UTF-8

implicar, se abre y se mueve al interactuar con la empatía, ella captura el significado implícito de los sentimientos en el natural fluir de la vida diaria. Ese mecanismo también lo viven nuestros primos ancestrales, solo que el nivel de significación fue sobrepasado por el *homo sapiens*, y fue cuando más la especie usó de la empatía.

Indudablemente no nos estamos refiriendo al cuerpo físico como lo hemos conocido hasta ahora, el cuerpo implícito según Gendlin es la unión fundamental del cuerpo y su contexto inmediato, semejante a cómo lo planteaba Heidegger y Merleau-Ponty. Como ya adelantáramos, el cuerpo Gendlineano es un cuerpo holístico, en interacción viva con el contexto inmediato y con el cosmos. Cuerpo y contexto son un solo sistema cuando el implicar y el acontecer están en el flujo vital del presente.

El mundo implícito se puede comprender mejor como el espacio-tiempo, el tiempo cuántico, ya que el cambio ocurre en un tiempo simultáneo, todo sucede en un solo instante. En el mundo de lo implícito las cosas son y no son a un mismo tiempo, eventos que están con nosotros en el presente aun cuando ya pasaron o también pueden estar en nuestro implicar, en nuestra trayectoria humana y futuriza. Por ello es que la sensación sentida está siempre en el presente, al igual que el cuerpo significativo, pues en el espacio cuántico, ella atraviesa el tiempo y el espacio y nos conecta con los seres al otro lado del océano más rápido que la velocidad cuántica, mejor que la internet que existe popularmente desde hace 35 años, pero didácticamente semejante, porque la conexión significativa ocurre desde hace millones de años desde el surgimiento mismo de la vida. En lo invisible está entonces lo implícito y lo espiritual y nuestro cuerpo significativo es capaz de interactuar conscientemente con todo lo invisible. La empatía tiene el poder de prender la luz de lo invisible y comenzar a ver imágenes nuevas y cargadas de significado, gracias a la autopropulsión de nuestra sensación sentida, a través de nuestro cuerpo significativo.

La interacción significativa en la dimensión espiritual

A propósito de esta dimensión invisible, no puedo dejar de referirme a la interacción con los seres queridos que ya partieron de este mundo, porque lo que queda de ellos, somos solo nosotros los que aún estamos vivos, en la dimensión explícita. Heidegger hace una clara distinción entre estar muerto y ser un difunto. El difunto tiene identidad y a través de la ritualidad de darle sepultura, su cuerpo significativo ha desaparecido de nuestra vista, pero en nuestra sensación sentida continúa la significación sentida de nuestros seres queridos dentro de nuestros propios cuerpos significantes, aún vivos. Decimos metafóricamente que sus recuerdos o ellos mismos están en nuestros corazones, ellos continúan su existencia a través de los que seguimos vivos. Cuando citamos las palabras y los dichos de nuestros seres queridos que ya no están, es una forma de continuar relacionándonos con ellos, lo que queda de ellos en esta existencia son nuestros recuerdos sentidos. Esto se debe a que nuestra

sensación sentida respecto a ellos, dentro de nosotros, continúa el proceso de seguir significando y re esquematizando nuestra relación con ellos. Seguimos sus fotografías, sus utensilios, los lugares donde estuvieron, sentimos su presencia y es indudable que nosotros continuamos significándoles por siempre, proceso que no terminará sino hasta cuando dejemos de existir.

La pregunta está implícita, respecto a ellos, nuestros difuntos que nunca más veremos. ¿Acaso nuestros seres queridos nos visitan, actúan en nuestras vidas desde el más allá? O ¿es nuestra autopropulsión que nos une a ellos en un misterioso punto del tiempo y del espacio? Desde un punto de vista espiritual, al estilo de Dilthey ellos nos rodean cuando sentimos aquella dulce y silenciosa presencia, aquella que experimentamos como real. Precisamente donde las posibles acciones de ellos pueden ser la poderosa sincronía de la cual nos hablaba Jung, y los denominados milagros pueden ser acciones propias del mundo paralelo de Edgard Allan Poe, o el reino espiritual constituido como tal. Sólo sabemos que nuestra autopropulsión continúa viva, sigue significando, sigue moviendo cielos y paisajes de un modo sostenido. Todas estas vivencias se conectan con el misterio y sentimos aquella presencia de nuestros seres queridos. El fenómeno del *leafing* o lamento intercultural, ya descrito en las líneas anteriores, es un modo concreto en que nuestra sensación sentida intenta resignificar la pérdida de nuestros seres queridos de acuerdo a un nuevo *eveving* que permite al cliente resignificar la pérdida, a través del encuentro del implicar detenido y en curso vividos por este cliente respecto a la relación vital vivida con esos seres que ya no están. En nuestras sesiones de *focusing* hemos escuchado y presenciado muchísimas veces el encuentro simbólico con un ser querido que ya partió, y en esas escenas vividas por el cliente, se establece un diálogo nuevo con ese ser que un día caminó por este mundo.²⁸

La autopropulsión y el tiempo sin tiempo

La autopropulsión nos hace sentir el sabor de la eternidad al penetrar en el mundo implícito. Lo sentimos en nuestra infancia. Pensemos cómo el instante sublime transcurre en un tiempo Z (Cero) como lo llamó Gendlin, este tiempo es el tiempo del implicar cuando el cuerpo está totalmente en un proceso que compromete a todo nuestro ser, el momento del cambio, o el momento creativo, o el momento feliz, o el momento trágico, o cuando vamos a dormir. En ese instante en que toda nuestra autopropulsión está plenamente en la solemnidad del momento, el tiempo se detiene, el tiempo personal se hace eterno, alcanza la dimensión del “para siempre”. Recordemos los momentos significativos de nuestras vidas, ellos conservan el sabor global y los detalles, el rostro del ser amado, la mirada de nuestros padres, la palabra

²⁸ El lector puede ver en el libro El fenómeno Focusing. Nuevas aplicaciones y la diversidad de la sensación sentida (pag 158). Allí se describe una sesión de focusing espiritual vivida en un taller de focusing realizado en el congreso internacional del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) realizado en Roma (Italia) en noviembre del 2022. El libro mencionado puede encontrarse en la bibliografía al final de este artículo.

solemne de alguien que dijo algo que quedó para siempre en nuestros corazones. El primer día de escuela, cuando aprendimos a andar en bicicleta con las voces de apoyo de todos los chicos del barrio, etc. Dostoievski decía que nuestros momentos de felicidad plena se hacen inmortales, inmortales en nuestros corazones y ahora podemos decir, que esta eternización ocurre en nuestra sensación sentida en el instante maravilloso de aquel implicar y su acontecer eternizado, en el instante sublime siempre recordaremos “como si fuera hoy”.

A modo de resumen, en su nuevo modelo, Gendlin sostiene que, en el momento del cambio, todo sucede al mismo tiempo en la dimensión implícita, ya no existen sucesos que antecedan a ese momento de la explosión o advenimiento mismo de la novedad. La autopropulsión tiene esa virtud, hacer posible el cambio terapéutico, de hacer realidad vivencial lo verdadero y auténtico, y hacer posible nuestras ansias de eternidad, de hacer eternos esos momentos sublimes. La autopropulsión del implicar es la entrada a la dimensión del implícito, a la dimensión de la espiritualidad, el inicio del sentimiento y del significado implicado y acontecido. Un nuevo futuro se abre para la Psicoterapia.

Conclusiones

1. El cambio terapéutico se concibe como una transformación experiencial que nace en el cuerpo, y nos entrega una certeza corporal y una tranquilidad que proviene desde nuestro interior, como una paz endógena derivada del nuevo Modelo de Eugene Gendlin. La prioridad está puesta en el cuerpo, ya que el cuerpo significativo inicia el proceso a través del implicar autopulsado.
2. Eugene Gendlin ha creado la Filosofía del Implícito, que tiene sus propios conceptos para describir los fenómenos implícitos como son los sentimientos y toda la realidad procesal que nos permite tener a disposición una teoría que explica cómo sucede el cambio.
3. Gendlin plantea en su Filosofía del Implícito un nuevo modelo que consiste en concebir al cuerpo y al ambiente como un solo sistema, la interacción es invisible y los sentimientos también, ellos son portadores de información cognitiva y contextual, el tiempo implícito es.
4. El Antiguo Modelo está constituido por el mundo físico con sus leyes de gravedad y una explicación física de todo lo que es explícito, nos rige la razón y el tiempo lineal y fragmentado, un presente, pasado y futuro, los fenómenos tienen causas, también tenemos fragmentada la realidad física y existe un sin número de dicotomías aceptadas como reales: sujeto/objeto, cuerpo/ambiente, mente/cuerpo, etc. La percepción es el centro cognitivo que nos rige, el cuerpo es un organismo que preserva la vida. Concebido el cambio como una explicación y una interpretación de índole cognitiva, siguiendo siempre la línea racional del

análisis de contenidos, explicando desde una teoría que abarca solo lo explícito y tangible, buscando primero el cambio en la percepción.

5. La autopropulsión concita a una simbolización experiencial que es preconceptual y cuyo camino de significación es ilimitado y personal, y que se apoya en la autenticidad y singularidad del individuo frente al cosmos. La autopropulsión nos conecta con los momentos de la eternidad, aquel camino de nubes de la significación experiencial.

6. La autopropulsión es un concepto revolucionario del mundo de lo implícito y da cuenta de sus propiedades: una fuerza que genera la creación del significado, que lleva la codificación de la autenticidad del propio ser y la dirección impredecible del significado.

7. El cuerpo humano significativo es un concepto que permite explicar el cambio terapéutico a través de un nuevo modelo donde se establece la prioridad del cuerpo y no la prioridad de la percepción. Lo que permite concebir el cambio como un fenómeno creativo del cuerpo, una verdadera creación artística, implícita y espiritual

8. La autopropulsión es el fundamento de una noción del cambio terapéutico como un acontecimiento endógeno y centrífugo, que nace del implicar y cuya transformación logra reestablecer un proceso detenido, a través de una nueva continuidad del proceso de implicar que trae como consecuencia la extinción de síntomas, teniendo como objetivo final la conquista de la autenticidad; uno de los sueños más significativos del humanismo psicológico de los años sesenta.

9. Lo implícito es el sustento teórico que abre la puerta a futuras investigaciones en la dimensión cuántica, proyectándose un amplio futuro en nuestros avances en psicoterapia.

Bibliografía

Campbell, P., & E. McMahon. 1996. *Biospirituality: Focusing as a way to grow*. Chicago: Loyola University Press.

Casey, E. y Schoeller, D. 2018. «Saying what we mean. Implicit precision and the Responder order, Selected Works By Eugene Gendlin». In *Studies in Phenomenology and Existential Philosophy*. Northwestern University. [Versión castellana del *Implicit Precision*, La Precisión Implícita] en www.focusingchile.cl

Friedmann, N. 2007. *FOT. La terapia con Orientación al Focusing. Una contribución a la práctica, enseñanza y comprensión de la terapia con Orientación al focusing*. iUniverse, Inc. New York Lincoln Shanghai. (Traducción en imprenta)

Gendlin, E.T. 1962. *Experiencing and the Creation of Meaning. A philosophical and psychological approach to subjectivity*. Macmillan, New York.

- Gendlin, E.T. 1964a. «A theory of Personality change». In *Personality Change*, Philip Worchel & Donn Byrne (Eds.), New York: John Wiley & Sons.
- Gendlin, E.T. 1964b. «A Theory of Personality Change». In *Creative Developments in Psychotherapy*, A. Maherr (Ed.) Cleveland. Case-Western Reserve. [Translation into Spanish Focusing: Un paradigma para la Psicología del siglo XXI, Riveros, E., en Salesianos, Santiago de Chile, 2007].
- Gendlin, E.T. 1978. *Focusing* (first edition). New York: Everest House.
- Gendlin, E.T. 1986. *Let your body interpret your dreams*. Wilmette, Illinois: Chiron Publications.
- Gendlin, E. 1991. *Crossing and Dipping* [C.D.] KH 1984 (Time's dependence of space. Kant's statements and their misconstruction by Heidegger). www.focusing.org
- Gendlin, E. 1992a. *Thinking Beyond Patterns. Body, language and situation (TBP)*. www.focusing.org
- Gendlin, E. 1992b. *Primacy of the Body, not the Primacy of Perception (PB)*. www.focusing.org
- Gendlin, E. 1996. *Focusing Oriented Psychotherapy, (FOT)*. The Guilford Press.
- Gendlin, E. 2009. *Focusing*. (2ª edición). New York: A Bantam Book.
- Gendlin, E. 2017. *A Process Model (APM)*. Northwestern University Press
- Gendlin, E. 2021. *Implicit Precision, Saying what we mean*. Northwestern University Press.
- Grof, S. 1976. *Realms of human unconsciousness*. New York: Dutton
- Hendricks, M. 2006. *A felt sense is not an emotion but a new human development*. Instituto Internacional de Focusing. www.Focusing.org
- Hinterkopf, E. 1988. What is spiritual in Focusing? *Kairos*, 3 (1).
- Hinterkopf, E. 1995, April. *Integrating spirituality in counseling*. Paper presented at the meeting of the American Counseling Association. Denver, CO.
- Machado, A. 1975. En *Poesías completas*. Manuel Alvar, ed. Madrid.
- Riveros, E. 2019a. *Un modelo procesal. Parafraseando a Eugene Gendlin*. Traducción solicitada por Eugene Gendlin Amazon. [Existen tres ediciones de E. Riveros: (2009), (2019) y finalmente (2024)].
- Riveros, E. 2019b. *Visión Panorámica, una fuente inspiradora para la resurrección personal*. www.focusing.org

Riveros, E. 2017a. La creación del significado: el inicio de la Era experiencial, *Revista Infoco* (2). Instituto Español de Focusing. Madrid, España.

Riveros, E. 2017b. *¿Qué es el Focusing y por qué funciona el focusing?* Versión Inglesa y Española. www.focusing.org.

Riveros, E. 2022. *Focusing y Arte*. Santiago de Chile: Lahosa S.A.

Riveros, E. y Riveros G. 2025. *El fenómeno focusing. Nuevas aplicaciones y la diversidad de la sensación sentida*. Santiago de Chile: Lahosa S.A.



Esta obra está disponible bajo una licencia <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>