



Ortodoxia Narrativa y Poder Hegemónico: Una Perspectiva Evolutiva¹

Jeff Zimmerman

Era el apogeo de la terapia narrativa, y Michael White y David Epston estaban bastante ocupados. David había terminado de colaborar en un libro que resumía su trabajo sobre la anorexia, *Biting the hand that starves you*, publicado en 2004. Michael estaba ocupado trabajando en un libro seminal llamado *Maps of narrative practice*², que se publicaría en 2007. Finalmente vieron algo de luz en sus apretadas agendas y planearon una reunión para reimaginar la terapia narrativa, una reunión que tendría lugar después del lanzamiento del libro de Michael. Tres semanas antes de que la reunión fuera a suceder, Michael murió...

Michael había estado planteando la pregunta retórica, "¿Qué estamos haciendo mal? ¿Por qué las próximas generaciones no están surgiendo con ideas/prácticas novedosas?" Según David, su intención era encontrar formas de insertar más innovación y creatividad en la práctica diaria de la terapia narrativa.

En su artículo de 2016 en JST titulado, *Re-imaginando la terapia narrativa: Una historia para el futuro*, David declaró:

"Creo que Michael nunca habría afirmado que debiera haber algún 'modo oficial de representación geográfica' y que su mapeo en Mapas debiera asumir tal hegemonía. ¿Por qué sugiero esto? Michael aspiraba a vivir según la noción foucaultiana de 'movimiento del pensamiento'. Rabinow y Rose (2003) describieron esta metodología de Foucault como 'una antimetodología' o lo que ellos llamaron 'práctica de crítica': 'Así, la práctica de crítica que aprendemos de Foucault no sería una metodología. Sería un movimiento del pensamiento que inventa, hace uso de, y modifica herramientas conceptuales a medida que se ponen en relación con prácticas y problemas específicos que ellos mismos forman de nuevas

¹ Responsables de la traducción: Ítalo Latorre-Gentoso y Carolina Letelier, Pranas Chile Ediciones

² NT. Traducción y publicación a cargo de Pranas Chile Ediciones, 2016.





maneras. Cuando han hecho este trabajo, sin arrepentimiento, pueden ser reciclados o incluso descartados."

David continuó sugiriendo que, "Esto contrasta fuertemente con otras nociones de metodología, por ejemplo, cómo hacer las cosas principalmente para ser regidas y reguladas por cánones..." (p.84)

En su discurso de 2018 en San Diego, *Re-imaginando la terapia narrativa: Una ecología de magia y misterio para el rebelde en la era de la marca*, David pregunta, "¿Qué tipo de reglas y qué tipo de libertades decidirán si la terapia narrativa enseña escalas sólo como un régimen regulatorio como tantas prácticas psicológicas contemporáneas y limita nuestras libertades y nuestras imaginaciones"? (p.5). David (p.6) luego cita al filósofo canadiense John Ralston Saul, "La imaginación nos protege de las tentaciones de conclusiones prematuras: la tentación de la certeza y la fantasía de la verdad fija," y luego nos anima a, "prestar atención a la advertencia de Saul:" "como dije, la lealtad forzada a la verdad declarada es la forma de marginar la imaginación."

Lo que se interpone en el camino de esta reimaginación es algo en lo que he estado pensando como "Ortodoxia Narrativa". Este problema ha alentado intentos deliberados de socavar, sabotear y descartar ideas, prácticas e incluso individuos cuyo trabajo representa una desviación de los discursos originales pero relativamente antiguos de nuestro trabajo. Algunos de estos ataques fueron atroces en su naturaleza. David mismo cuenta una historia sobre un artículo suyo que fue rechazado de una revista de terapia narrativa porque no era lo suficientemente narrativo... Podría compartir muchos otros ejemplos específicos de vigilancia de los que estoy al tanto, pero al final, no veo estos detalles como el punto principal. En cambio, en este artículo, intentaré argumentar la importancia de evolucionar la lente narrativa para incluir ideas y prácticas que creo son críticas para que la terapia narrativa avance y se vuelva más relevante para nuestro contexto actual de vida. Este contexto ha cambiado mucho desde la década de 1980 cuando nació la terapia narrativa; ¡eso fue hace 40 años! También intentaré abordar algo de lo que se interpone en el camino de este desarrollo crítico y lo haré de varias formas que incluyen palabras de nuestros fundadores,





presentación académica, preguntas situadas metafóricamente, un antiguo ejercicio, material clínico deconstruido y, por supuesto, algo de neurobiología interpersonal...(¡soy yo!). Debo admitir que tengo una gran pasión por esta conversación sobre la ortodoxia, ya que la terapia narrativa ha sido una parte importante de mi vida y me es muy querida. La falta de evolución resulta en una muerte segura...

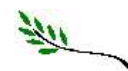
Recientemente se ha escrito mucho en los Estados Unidos sobre la decisión de la Corte Suprema de anular *Roe V. Wade*, incluyendo la idea de "originalismo", en este caso significando una interpretación estricta de nuestra constitución tal como fue "originalmente" escrita. Los defensores de esta idea ahora dominan nuestra Corte Suprema y usaron esta justificación para anular 50 años de precedente de derechos al aborto. Es como si pensarán que la constitución de los Estados Unidos fue escrita sin la realización de que mucho cambiaría en los años venideros. Aquí hay algunas citas de un reciente (2022) artículo del Washington Post de Ruth Marcus que parecen relevantes para esta discusión:

“Incluso más allá de eso, el originalismo sufre de múltiples defectos. Ofrece la mera ilusión de objetividad y por lo tanto de restricción. Se refuta a sí mismo: La Constitución misma fue deliberadamente escrita con frases grandiosas, majestuosas —lo que el Juez Principal Charles Evans Hughes en 1934 llamó 'las grandes cláusulas de la Constitución'— destinadas a ser interpretadas por futuras generaciones. Es incapaz de ser estrictamente aplicada sin producir resultados repugnantes...”

“¿Los redactores de la Constitución o sus enmiendas pretendían que su significado fuera fijo en ese momento en el tiempo, tal como ellos lo entendían? Ciertamente no lo dijeron.”

“Un enfoque originalista fiel no se centraría en el significado de las palabras en un momento particular en el tiempo. Los Fundadores eran cualquier cosa menos originalistas. El originalismo genera su propia desaparición.”

“Los jueces liberales lo intentaron en la disensión de Dobbs. 'La Constitución no congela para siempre la visión original de lo que esos



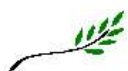


derechos garantizan, o cómo se aplican', escribieron. 'Eso no significa que todo vale'. Más bien, dijeron, 'las aplicaciones de libertad e igualdad pueden evolucionar mientras permanecen arraigadas en principios constitucionales, historia constitucional y precedentes constitucionales.'"

Ciertamente estoy de acuerdo con el último punto en lo que respecta a la terapia narrativa, que los principios generales de la terapia narrativa que tanto apreciamos necesitan ser preservados, incluso mientras desechamos algunas resistencias previas a ciertas ideas que tenía sentido mantener en la década de 1980 pero no necesariamente ahora. Por ejemplo, sugerí (Zimmerman, 2018), que, mientras que la construcción de "emoción" puede no haber tenido sentido para nosotros en la década de 1980 mientras nos esforzábamos por alejarnos de los modelos psicodinámicos/psicoanalíticos tradicionales de la época, ahora puede necesitar convertirse en una dimensión importante del trabajo de terapia narrativa dada la cultura actual.

Antes de continuar, permíteme proporcionar algunas definiciones... Ok, las definiciones pueden ser aburridas, pero estas en particular se revisan aquí porque contribuyen a los puntos generales que se hacen en el artículo. Primero está el término ortodoxia. El Diccionario Merriam-Webster define ortodoxia como: "Una creencia o interpretación religiosa ortodoxa es una transmitida por los fundadores o líderes de una iglesia". Compáralo con el de vocabulary.com: "Una creencia o teoría ampliamente aceptada es una ortodoxia. Podrías llamar a la teoría científica de la gravedad una ortodoxia, ya que generalmente se considera un hecho establecido. La palabra ortodoxia proviene de las palabras raíz griegas orthos, que significa correcto, verdadero o recto, y doxa, opinión. Así que la ortodoxia describe la única opinión verdadera."

Además, me gustaría introducir la noción de hegemonía. Cito aquí de vocabulary.com: "La hegemonía es la dominancia o autoridad política o cultural sobre otros..." Britannica añade "...legitimando normas e ideas. El término hegemonía se utiliza hoy en día a menudo como una forma abreviada de describir la posición relativamente dominante de un conjunto particular de ideas y su tendencia asociada a convertirse en algo de sentido común e intuitivo, inhibiendo así la difusión o incluso la articulación de ideas alternativas" (Rosamond).





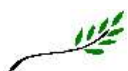
Desde una perspectiva postestructuralista, se puede ver la influencia tanto del capitalismo como del patriarcado en el desarrollo de las hegemonías institucionales. El capitalismo, en la forma en que fomenta la competencia por la difusión y posterior venta de recursos, que podrían incluir la enseñanza de habilidades y conocimientos. El patriarcado, por la forma en que fomenta las nociones de superioridad y competencia por el poder.

Y por último el término evolución del Diccionario Oxford: "El desarrollo gradual de algo, especialmente de una forma simple a una más compleja..." Webster lo define como "la descendencia con modificación de especies preexistentes: cambio acumulativo heredado en una población de organismos a través del tiempo que conduce a la aparición de nuevas formas, el proceso por el cual nuevas especies o poblaciones de seres vivos se desarrollan a partir de formas preexistentes a través de generaciones sucesivas."

También quiero introducir el término terapia narrativa contemporánea, acuñado por Ann Epston, para referirse a los desarrollos recientes en nuestro trabajo que apoyan la evolución de la práctica de la terapia narrativa. David Epston (2020), comentando el cambio de nombre de esta revista de Journal of Narrative Family Therapy a Journal of Contemporary Narrative Therapy, afirmó que, "estamos comprometidos a descubrir y destacar ejemplos de práctica que no pueden ser explicados por la literatura existente de terapia narrativa." Desde mi punto de vista, una terapia narrativa contemporánea es una que incluye nuevas ideas y nuevos practicantes y lo que aportan al trabajo, y está en consonancia con las demandas del contexto cultural actual. Ahora pasemos a algunas preguntas que se relacionan con esta evolución.

¿Cuál es el problema? Algunas preguntas para el trono de hierro

¿Crees que fue una coincidencia que los modelos postestructurales se afianzaran a mediados de los 80 o fue un reflejo de la cultura (entonces) actual y las experiencias de aquellos que se inclinaban por estas ideas? ¿Crees que es una coincidencia ahora que los modelos orientados a la atención plena y la afectividad están tomando fuerza, o es un reflejo de la cultura actual y las experiencias de aquellos que se inclinan por estas ideas?





1. ¿Recuerdas que, en los 80, criticábamos los modelos actuales por estar desactualizados y no ser relevantes para los tiempos actuales?
2. Las relaciones de poder no operan sólo a través de la represión o el obstáculo; también son productivas. A medida que continuas creando buenos soldados que defienden la línea del partido y solo hablan de la Ortodoxia Narrativa, ¿has considerado cómo esto afectará la capacidad de la terapia narrativa para evolucionar y satisfacer las demandas actuales de la cultura? ¿O deberíamos resistirnos (las relaciones de poder siempre dejan abierta la posibilidad de resistencia) a ser cómplices en moldear nuestros cuerpos según las líneas de los discursos narrativos más antiguos?
3. ¿Has considerado los efectos reales en los jóvenes de todo el mundo que están experimentando con nuevas ideas, de desterrar cualquier práctica e idea que no se ajuste al molde de la Ortodoxia Narrativa, a pesar de la popularidad y utilidad y buenos efectos de estas nuevas ideas?
4. La opresión implica una falta de tolerancia para nuevas posibilidades en cualquier forma. Todos nos sentimos apasionados por enfrentarnos a ideas opresivas que tienen efectos reales en nosotros, y también apasionados por cuestionar todos los puntos de vista. En aquellos días, nos rebelábamos contra los modelos dominantes ya que eran restrictivos y proscriptivos; ¿cómo es diferente la promoción de la Ortodoxia Narrativa? En ambos casos, se rechazan las nuevas ideas y aquellos que las sostienen se sienten no bienvenidos en el club, se sienten que sus ideas no tienen lugar en la hegemonía de la Ortodoxia Narrativa... ¿Es eso lo que quieres?
5. La deconstrucción del ejercicio del poder y el establecimiento de relaciones de poder ha sido una característica de la terapia narrativa desde el primer día... ¿Eres consciente de los efectos reales en los últimos 20 años de la Ortodoxia Narrativa? ¿Cuántas personas (por ejemplo, ambos fundadores) han sentido que necesitan alejarse porque sus ideas ya no encajan en el molde?
6. Hay una diferencia entre los entendimientos teóricos y los experimentales... ¿Debería la responsabilidad última de las nuevas ideas residir en los efectos reales de estas ideas en la práctica diaria y semanal de la terapia, y por lo tanto ser mejor habladas por aquell*s que regularmente se involucran en ese proceso?



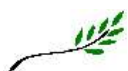


Este podría ser un buen momento para mencionar una institución virtual de la que sospecho que la mayoría de nosotros somos conscientes, algo que se ha referido como la "policía narrativa". Ahora debo admitir (como lo he hecho en otros escritos) que una vez fui un miembro con tarjeta de esa organización. Atrapado en las pasiones y la emoción de estas (en ese momento) nuevas ideas, creía que merecían un seguimiento rígido. Mirando hacia atrás en ese tiempo, ahora parece ridículo, ya que Michael mismo siempre estaba añadiendo al trabajo nuevas ideas de todo tipo de lugares. Pido disculpas a aquellos a quienes enseñé y a quienes puede que haya promovido el tipo de "mirada" que todos estábamos tan desesperados por usurpar. ¿No es irónico que habláramos de la forma en que nuestra cultura nos invitaba a vigilarnos a nosotros mism*s, sólo para replicar ese proceso en nuestra propia enseñanza y presentación...

No estoy diciendo que no haya formas más y menos útiles de hacer las cosas, solo estoy diciendo que tener una postura rígida sobre lo que era útil no era útil en absoluto. Me alegra haber entregado mi renuncia a esa organización dañina, ya que planteó preguntas para aquellos a quienes había afectado (incluso los practicantes experimentados) sobre si lo que estaban haciendo era incluso terapia narrativa en absoluto. Cuando empecé a dar talleres sobre Neurobiología, los asistentes se acercaban a mí, a menudo en voz no más alta que un susurro, y se preguntaban si realmente estaba bien trabajar con ideas desde ambas perspectivas, y me agradecían por darles "permiso" para experimentar con las nuevas ideas que habían estado leyendo y aprendiendo. Estoy seguro de que todos podríamos contribuir con ejemplos a lo que sería una extensa lista de otros no-nos que la mirada de la policía intentó hacer cumplir, muchos que fueron aceptados como verdades sin ninguna medida de sus efectos reales...

Prácticas y efectos reales sobre el poder hegemónico

Ubicarse en un discurso hegemónico lleva inevitablemente a participar en prácticas de poder para mantener la posición autoritaria. Felluga (2011) sugiere que algunas de las formas en que las culturas dominantes mantienen sus posiciones dominantes son crear instituciones para formalizar su poder, crear estructuras burocráticas para hacer que su poder parezca abstracto y no sólo vinculado a un individuo, y

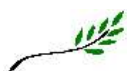




usar la educación, la publicidad y la publicación para inducir a los individuos a los ideales de su grupo. Scholte (2020) señala que con las prácticas discursivas, la hegemonía asegura la dominancia legitimada en la política mundial a través del uso del lenguaje y el significado. La subordinación voluntaria se logra con signos semánticos (por ejemplo, 'comunidad', 'democracia' y 'justicia') que construyen la fuerza suprema para ser buena. De manera similar, las narrativas (por ejemplo, de 'transparencia', 'desarrollo' y 'seguridad') hilan historias positivas para legitimar una estructura de dominación, al igual que las cuentas hegemónicas de la historia. En resumen, los discursos hegemónicos construyen la conciencia ('regímenes de verdad') en la que los dominados creen genuinamente que su dominación es algo bueno. También señala que la ciencia moderna afirma su hegemonía con rutinas de conferencias, premios académicos y ritos de graduación.

En los Estados Unidos, actualmente se están erradicando a los profesores por desviaciones de la ortodoxia prescrita localmente (ver Florida o Texas). Y no sólo l*s profesores, sino cualquier personal, padre o individuo que no logre construirse alrededor de las prescripciones dominantes puede encontrarse marginado o incluso ostracizado por mantener creencias contrarias a los ideales hegemónicos locales. De hecho, la persona puede estar en juego cuando se le hace sentir incómodo acerca de su, para usar una metáfora, raza, si se descubre que da voz a ideas contemporáneas o dice cosas que de alguna manera traicionan la perspectiva hegemónica. En un artículo de opinión del Washington Post, *Behind the latest GOP restrictions on race teaching: A hidden, toxic goal*, se afirmó que Martin Luther King dijo que esperaba que América pudiera estar a la altura de sus ideales declarados, pero, sin embargo, luchó con si eso era posible... ¿Puede la terapia narrativa estar a la altura de sus ideales?

Me pregunto si un efecto de los abusos hegemónicos del poder sería cancelar el valor de la responsabilidad última ÚNICAMENTE a los efectos reales de cualquier posibilidad contemporánea, y no solo a la especulación teórica idiosincrásica y mal informada, posiblemente motivada por el deseo de mantener la posición de poder. Para un ejemplo relevante, como se sugirió anteriormente, para tener una opinión cercana a la experiencia de lo que podría ser útil para un terapeuta real, uno tendría que haber pasado muchas horas sentado en la silla de un terapeuta para evaluar los efectos reales de cualquier posibilidad terapéutica. De lo





contrario, cualquier opinión podría verse como un derecho absoluto a la "verdad", y el titular estaría sujeto a la tentación de participar en una herramienta común en el manual del autoritario, (utilizada actualmente y a lo largo de la historia) para atacar otras posiciones y puntos de vista, sosteniendo la creencia de que la fuerza reside en el ataque y no en la defensa.

No estoy sugiriendo que todas las hegemonías sean malas, o que todos nosotros involucrados en formaciones/instituciones de formación no participemos en algunas de estas prácticas. Pero al final, como todos sabemos, todas las ideas, prácticas y estructuras institucionales deben ser responsables de sus efectos REALES.

Y ahora algunas preguntas para la ortodoxia narrativa

(Decidí divertirme un poco aquí y resucitar un viejo ejercicio de formación que usábamos mucho en aquel entonces.)

Pregunta: ¿Qué quieres para la terapia narrativa?

Respuesta: Soy muy partidario de la muerte lenta... Sin evolución, la mayoría de las ideas y prácticas se desvanecen y mueren.

P: ¿Puedes pensar en una excepción a esa regla?

R: La meditación ha existido desde el 5000 a.C. Pero fue generada a partir de conocimientos indígenas, a través de grupos étnicos y religiosos.

P: ¿Cuál es tu mayor enemigo?

R: Contexto. Diste un gran ejemplo de esto en tu discusión sobre la Corte Suprema de los Estados Unidos. La mayoría conservadora eliminó los derechos de protección al aborto para las mujeres porque esta protección no es estrictamente competencia de la constitución tal como fue concebida originalmente. Sin embargo, en el mundo HOY, esta protección es crítica... No soy un gran fan de HOY...

P: ¿Quiénes son tus mejores amig*s?





R: Personas que juzgan posibilidades pero no tienen conocimiento personal o experiencia real de lo que hablan (a pesar de estar bajo la influencia de una idea de que sí lo hacen).

P: ¿Cuál es tu estrategia favorita para aplastar la resistencia?

R: Crear desinformación engañosa... Creo que si haces la mentira grande, la haces simple y sigues diciéndola, eventualmente, la creerán... Después de todo, al vencedor nunca se le preguntará si dijo la verdad...

P: ¿No crees que la resistencia es inevitable?

R: Sí.

P: ¿Es inútil la resistencia?

R: Sin comentarios.

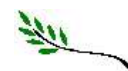
Michel Foucault aquí: Tengo un comentario. "DONDE HAY PODER HAY RESISTENCIA."

Princesa Leia Organa: "Cuanto más aprietas tu agarre... más sistemas estelares se te escapan entre los dedos."

Terapia narrativa contemporánea (TNC)

¿Es inútil la resistencia? Ya sea que lo sea o no, hay mucha resistencia en el terreno de la terapia narrativa en estos días... Aquí hay algunos ejemplos de individuos cuyo trabajo ha evolucionado. La mayoría de ellos han pasado muchas horas durante muchos años viendo a los clientes, y entienden los cambios en nuestras ideas y en nuestras vidas:

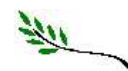
1. Prácticas de Testigo Íntimo (Tom Carlson, David Epston y Sanni Paljakka) intentan abordar el trauma de formas novedosas e interesantes. Desde mi punto de vista, estas son formas de traer a la luz, separarse y luego avanzar desde el afecto no útil que está impidiendo que la vida de un cliente finalmente avance.
2. Este grupo, que también incluye a Travis Heath, Kay Ingamells y Sasha Pilkington, participa en lo que ellos llaman "medios literarios para fines pedagógicos".





3. Entrevista Relacional (Stephen Madigan y otros) entrevistan la "relación" para ser útiles a las parejas atrapadas en conflictos extremos (en mi mente, esta "relación" se forma a partir de las comunicaciones del hemisferio derecho entre los miembros de la pareja). Rosa Arteaga (también de la Escuela de terapia narrativa de Vancouver) entrevista al cuerpo para ayudar a las mujeres a lidiar con el trauma. Y de esta escuela, el filósofo Todd May ha estado sugiriendo que Maurice Merleau-Ponty y no Derrida podrían haber sido un lugar al que Michael podría haber ido especialmente para abordar el cuerpo en el trabajo de terapia narrativa (aparentemente, los terapeutas narrativos ortodoxos solo tienen cabezas).
4. Reconociendo el "giro afectivo"- Gerald Monk y Navid Zamani, así como David Pare e Ian Percy, han escrito sobre la importancia de incorporar el afecto en el trabajo de terapia narrativa. Lynn Rosen ha dado talleres sobre conversaciones que encarnan.
5. Revisando las prácticas psicoanalíticas/dinámicas para su uso en la terapia narrativa. Por ejemplo, leí un artículo muy interesante y bien pensado sobre el uso de una bandeja de arena en un proceso de terapia narrativa. Y uno sobre trabajar con sueños. Curiosamente, incluso un grupo de psicoanalistas ha evolucionado, refiriéndose a sí mismos como neuroanalistas. Se han alejado de una concepción unidireccional del proceso terapéutico, reconociendo en cambio la naturaleza diádica de la relación terapéutica.
6. Neurobiología interpersonal (IPNB). Me sumergí en la literatura de neurobiología interpersonal para obtener inspiración para ampliar la lente de la terapia narrativa para incluir un enfoque más afectivo, así como para introducir prácticas como la meditación y el trabajo basado en imágenes en la bolsa de herramientas de la terapia narrativa. Mis antiguos colegas Marie-Nathalie Beaudoin y Ron Estes recogieron el testigo y también lo hicieron.

Lo que es común a todas estas iniciativas es que mantienen una meta-estructura de terapia narrativa, construida por los valores de terapia narrativa mencionados anteriormente. Estas iniciativas también reflejan la importancia de desarrollar nuevas formas de abordar los problemas actuales. Si lees lo anterior y te resulta





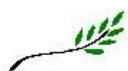
difícil imaginar cómo estas ideas se llevan bien con las de la terapia narrativa, podrías considerar hacer la debida diligencia y leer sobre el trabajo que se está haciendo en la sala con los clientes. Michael White dijo que había 2 tipos de problemas. Uno ocurrió cuando una persona estaba resistiendo el discurso dominante y se le hizo sufrir en consecuencia. El otro fue cuando una persona estaba (infelizmente) cooperando con el discurso dominante y estaba sufriendo en consecuencia. Mi respuesta personal ha sido generalmente la primera. ¿Y la tuya? ¿Cuáles han sido tus formas (¿silenciosas?) de resistir el discurso dominante ortodoxo de la terapia narrativa?

Un interludio de IPNB

Uno de los conceptos más recientes de Dan Siegel es algo a lo que llama el plano de posibilidad. El plano es parte de su metáfora de cómo funciona la mente (Ver "Mente" o "Consciente"). En muchos aspectos, la idea es similar al concepto de restricciones de Bateson... ¿Qué tiene que ver esto con la TNC te preguntas? Veamos.

Según Siegel, el flujo de energía es el mecanismo de la mente. Tu mente es capaz de enviar y dirigir el flujo de energía; la experiencia subjetiva puede ser simplemente sentir la sensación de ese flujo, ya sea que provenga del interior o del exterior del cuerpo. Y así, una mente encarnada está más allá del cerebro (como lo fue para Bateson) y está compuesta por patrones de flujo de energía encarnados. En el plano, la experiencia de amplitud ocurre cuando la posición de probabilidad de energía está inmersa en el plano de posibilidad, una posición de probabilidad cercana a cero... En otras palabras, si tu mente está descansando en el plano, pueden surgir todo tipo de posibilidades.

Sin embargo, sería difícil hacer las cosas en general, y mucho menos de manera eficiente, si la mente estuviera en un estado completamente abierto todo el tiempo. En esta metáfora, por encima del llano se encuentran mesetas, un conjunto más limitado de activaciones potenciales a partir de las cuales puede surgir un patrón más restringido de picos. Por ejemplo, una meseta formada por los principios meta de la terapia narrativa lleva consigo ciertas intenciones y generalmente conduce a ciertas prácticas (picos). Una meseta alta y estrecha indicaría un estado de ánimo estrecho; solo dando lugar a un número limitado de





picos. Una meseta más baja y amplia indicaría un estado de ánimo más abierto. Los picos, sin embargo, especialmente los estrechos/rígidos, son aún más restrictivos y por lo tanto son difíciles de escapar (como los efectos de un problema).

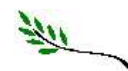
Estos filtros operan desde la "parte superior hacia abajo" y pueden permitir que solo ciertos elementos entren en la conciencia, y de esa manera, las mesetas sirven como filtros para lo que se convierte o no en parte de los picos de actualización en la conciencia. Esto está en marcado contraste con la información que entra desde la "parte inferior hacia arriba", lo que significa que el flujo de energía e información es lo más fresco, nuevo e ilimitado posible. No hace falta decir que, como terapeutas y profesores, es útil operar gran parte del tiempo desde la parte inferior hacia arriba, abriéndonos y en el plano, antes de subir a una meseta preferida, y desde allí a un pico con una pregunta...

Quizás la imagen más grande para nosotros es la importancia de sumergirnos debajo de estas mesetas y en el plano para abrir espacio para nuevas posibilidades con el fin de evolucionar y convertirnos en algo distinto a lo que somos ahora... para permitir que la nueva información y los efectos de los contextos cambiantes tengan más influencia, abriendo así la puerta para que se formen nuevas mesetas que nos permitan operar de manera más útil en el contexto actual. Tom Carlson me sugirió que uno de los propósitos declarados de la terapia narrativa de Michael White era "alentar a las personas a adoptar una posición de observador en relación con los eventos de sus vidas", y que Tom se había referido a esto en un artículo que escribió como una teoría del *outsight*³ en la terapia narrativa (Carlson, 2020, p. 12). El concepto de *mindsight*⁴ de Dan Siegel (2009) es similar a esto también. Todos requieren la habilidad de estar "en el plano" lo suficiente para separarse de nuestras preconcepciones y nuestras costumbres habituales de responder, dejándonos abiertos a lo que podría verse que no se notaría cuando se está atrapado en una meseta o pico.

Por lo tanto, en lo que respecta a abrir espacio para una terapia narrativa más contemporánea, primero debemos enfrentar a la Ortodoxia, el pico rígido que

³ NT. Algo así como perspectiva externa. Quizá equivalente a lo que White llamaba "pararse en otro territorio".

⁴ NT. El término "mindsight" fue acuñado por el neurólogo y psiquiatra Daniel J. Siegel, y se refiere a la capacidad de ver y comprender los propios estados mentales y los de los demás.



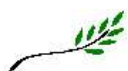


impide que la nueva información sea relevante (como con cualquier tipo de Problema).

¿Qué sugiere esta discusión sobre lo que se requiere para una terapia narrativa más contemporánea?... Desde mi punto de vista, es una postura de apertura a nuevas posibilidades que permiten la formación de nuevos estados organizativos. No es un conjunto definido de prácticas, excepto la meta-práctica de apertura y curiosidad, que han sido meta-prácticas de la terapia narrativa durante mucho tiempo. En el discurso de San Diego de 2018, David discute algo del espíritu de la terapia narrativa y comparte una historia sobre la esperanza de Michael de que ese espíritu continúe (p.1)... Uno de esos espíritus era apreciar, "la magia del otro" (p.2)... Otro era la "imaginación en el descubrimiento"(p.2)... Otro más era la "irreverencia y la improvisación" (p.4)...

David señala que uno de los aspectos centrales del trabajo que Michael hizo fue el "espíritu de aventura"(p.7). Citando de la introducción a su libro con Michael, *Experience, contradiction, narrative and imagination*, "Hemos sido firmes en nuestra negativa a nombrar nuestro trabajo de manera consistente. No nos identificamos con ninguna 'escuela' particular de terapia familiar, y nos oponemos fuertemente a la idea de que nuestra propia contribución sea nombrada como una escuela. Creemos que tal nombramiento sólo restaría a nuestra libertad para explorar varias ideas y prácticas.....consideramos (este trabajo) como un 'libro abierto'. Sin embargo, estamos llamando la atención sobre el hecho de que uno de los aspectos de este trabajo que es de importancia central para nosotros es el espíritu de aventura. Nos proponemos preservar este espíritu, y sabemos que si logramos esto, nuestro trabajo continuará evolucionando de formas que enriquecen nuestras vidas, y las vidas de aquellas personas que buscan nuestra ayuda". David señala que, "Si hubiera algo que se asemeje a un manifiesto para la terapia narrativa, podrías encontrarlo brevemente declarado en la introducción".

Citando de su introducción al libro póstumo de Michael de 2011, señala que las 'libertades' requeridas para que nuestras imaginaciones reimaginen la terapia narrativa se han vuelto muy preciadas. "Y es posible que tengamos que asegurarlas apelando a una mayor fidelidad a estos espíritus..." (p.9). Al discutir el trabajo de Thomas Kuhn (1967), *La estructura de las revoluciones científicas*, David señaló su comentario sobre cómo las "ciencias revolucionarias" con el





tiempo se convierten en "ciencias normales" que se dejan para limpiar antes de ser reemplazadas por otra "ciencia revolucionaria". Si tuviera que predecir cuándo ocurrirá eso en cualquier terapia contemporánea, diría que alrededor de 25 años desde la fecha de su descubrimiento. Es un camino bastante predecible hacia su obsolescencia. Si 1985 fue el año de la originación de la terapia narrativa, entonces su 'fecha de caducidad' estaba al acecho alrededor de 2010. Michael y yo habíamos propuesto sabiamente prevenir eso, para 'empezar de nuevo' en 2008" (p.14). Luego David dice: "...a la definición de improvisación de Chick Corea y el equilibrio entre las reglas y las libertades y cómo con el tiempo hay un cambio a favor de las reglas. ¿No deberíamos resistirnos a tales regímenes regulatorios, tanto desde fuera como desde dentro?"

Un momento de terapia narrativa contemporánea (CNT)

He tenido muchas experiencias en las que ampliar la lente de la terapia narrativa ha resultado en nuevas y útiles posibilidades... Imagino que tod*s aquí quienes ejercemos la práctica, hemos tenido MOMENTOS en los que algo se nos ocurre, o hacemos un comentario que parece surgir de la nada y puede incluso estar en una forma no sancionada por nuestro modelo preferido. Algunos terapeutas parecen operar de manera más intuitiva y menos basada en mapas en general. ¿Y si algo de eso fuera enseñable, lo que requeriría tener entendimientos de que podemos enseñar? David Epston siempre me pareció que operaba de manera intuitiva, y aunque Michael White parecía seguir un mapa más definido, me parecía que era inusualmente sensible de hacia dónde iba el flujo afectivo de aquellos a quienes entrevistaba. Esto fue sin discutir nunca el proceso por el cual se optaba por ciertas direcciones y preguntas y no por otras.

Un tema candente en la literatura de neurobiología es la "sincronicidad", cuyas raíces se encuentran en el flujo recíproco de energía de cerebro derecho a cerebro derecho que es la corriente subyacente no verbal en las comunicaciones entre todas las personas. Parece que a medida que interactuamos, comienza a evolucionar una cantidad cada vez mayor de esta sincronicidad. Estamos recibiendo constantemente información implícita, no verbal de otros sin necesariamente reconocerla o procesarla conscientemente. ¿Y si prestáramos más atención a esto y fuéramos capaces de hacer uso más directo de esta información?

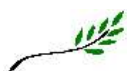




Recibí una llamada de la esposa (V) de un cliente (B) a quien he estado viendo de vez en cuando durante algún tiempo. Los había visto como pareja anteriormente, pero las sesiones eran difíciles ya que B apenas podía tolerar escuchar cualquier retroalimentación negativa. Había experimentado una relación muy abusiva psicológicamente con su padre cuando era niño y tenía una identidad de "Mal B", que se activaba extremadamente fácilmente, tan fácilmente que a menudo tenía que correr al baño durante las sesiones, experimentando calambres y diarrea. No había visto a V durante unos seis meses.

Trabajar con V también era difícil, como era de esperar, pero de maneras muy diferentes. Ella era franca acerca de su angustia en el matrimonio, y presentaba una serie de respuestas emocionales congruentes, luciendo triste cuando estaba triste, enojada cuando estaba enojada, y herida cuando estaba herida. Pudimos identificar una experiencia fácilmente desencadenada de "Falta de respeto", y hace mucho tiempo habíamos mapeado sus efectos y trabajado con ellos de maneras tradicionales de terapia narrativa. A pesar de todo eso, siempre sentí que faltaba algo, pero nunca estuve seguro de cómo agarrar eso en las sesiones. Imaginé que ella tenía su propia versión de "Mala V", pero a diferencia de B, no se invitaba fácilmente. También imaginé que había mucho afecto potente que estaba teniendo su camino con ella. Probablemente estaba pensando demasiado y trabajando demasiado.

Cuando llegó a la sesión (él estaba contento de que la viera sola), pude ver claramente que la Depresión se había apoderado de su rostro y cuerpo. Resultó que después de una serie de nuevos incidentes en los que B la trataba a ella y a los niños de manera muy crítica y una vez más la había dejado avergonzada frente a sus amigos y familiares, la Desesperanza se había apoderado. Me dijo que realmente no quería divorciarse pero no sabía qué hacer. Yo tampoco sabía qué hacer. Sugerí un plan para involucrar a la madre de B, quien había continuado apoyando inadvertidamente el comportamiento que estaba teniendo efectos tan perjudiciales; siempre había sido protectora con él en un esfuerzo por compensar el trato que había recibido de su padre. Siempre había querido involucrarla, pero por razones que van más allá del alcance de este ejemplo, nunca la había contactado. Pude ver que al menos la idea de quizás involucrarla en apoyar a B para establecer una nueva dirección para convertirse en lo que todos sabíamos





que era su yo preferido, levantó un poco a V. Pero esto fue sólo un parche por el momento.

A la mañana siguiente, cuando abrí mi teléfono, había recibido el siguiente mensaje de texto de ella (sabía que lo vería más tarde ese día): "Otra mala noche... No puedo más... No puedo seguir así... estar en esta situación es horrible."

Sentí que la Desesperanza también intentaba apoderarse de mí. Así que me senté y recordé "respira... sólo respira"... y visualicé el rostro de V, fácil ya que estaba grabado en mi subconsciente. A diferencia de las sesiones, donde a menudo (demasiado) usaba más mi cerebro izquierdo para hacer una pregunta o incluso decir algo de apoyo, en cambio respiré y me dejé sentir los sentimientos que estaban entrando en mi cuerpo mientras leía su mensaje. Respondí con el siguiente mensaje, este ahora provenía de mi cerebro derecho: "La Desesperanza también me abrumba... y tú sufres tanto, tanto... debe ser horrible verte a ti misma como alguien que estaría en una situación como esta... a veces parece que simplemente no sé cómo ayudarte..."

No es ciencia de cohetes, no está externalizado (mi experiencia es que a veces tienes que internalizar el afecto para que se sienta lo suficiente como para actuar en consecuencia), pero algo que surgió en el MOMENTO entre nosotr*s (sincronicidad) de una manera que ambos sentimos... Mi cercano colega Bill Lax, quien está bien versado en EFT, prácticas de atención plena y terapia narrativa, me sugirió, después de leer lo que había escrito, "que tomando de EFT y muchos otros modelos, mi respuesta fue una de empatía, sintiendo su dolor, validando su experiencia y compasión por su experiencia, similar a la de muchos otr*s (incluyéndonos a tod*s en un momento u otro) en el mundo que pueden estar en situaciones como la suya", y estuvo de acuerdo conmigo en que, "esto no era actividad del cerebro izquierdo, sino actividad del cerebro derecho (bien entrenada) que a menudo ignoramos cuando estamos bajo estrés". Es muy interesante que este tipo de respuesta no se haya privilegiado en la escritura de terapia narrativa más que para alentar a los terapeutas a "seguir" la experiencia del cliente...





Más tarde ese día, cuando B entró en mi oficina, algo era diferente. V le había comunicado su angustia de una manera "suficientemente fuerte" para que él la escuchara, y de repente estaba más abierto a hacer el trabajo que necesitaba hacer para convertirse en su yo preferido. Reconoció, por primera vez, que, "soy abusivo con ella". Esta declaración se convirtió en un nuevo punto de partida para nosotr*s. También accedió a que yo contactara a su madre. V y yo tuvimos una conversación telefónica al día siguiente, en la que compartió que se dio cuenta de que la intensidad de sus sentimientos era previamente desconocida para ella y tenía que ver con "muchas cosas" que quería explorar en su propia terapia.

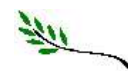
Finalmente: ¿El fin o el comienzo?

Mi esperanza al escribir este artículo era que no sólo te invitara a generar las "ideas/prácticas novedosas" que Michael White esperaba ver de las "próximas generaciones" (ver el párrafo inicial), sino también para ayudarte a liberarte de la mirada de la policía narrativa sobre ti mismo. Desde el principio, los terapeutas narrativos tomaron iniciativas para enfrentarse a las especificaciones dominantes empobrecedoras que tenían efectos limitantes en la puesta en práctica de los propios valores y prácticas preferidos. De hecho, es una tradición muy arraigada para los terapeutas narrativos cuestionar, comentar y sí, incluso rebelarse contra las operaciones de poder que apoyan estas especificaciones dominantes...

Así que por favor "lucha contra el poder", mantente fuerte con tus propias ideas y encuentra apoyo para ellas entre otr*s de ideas afines.

Es importante recordar que Michael White solía leer vorazmente ideas que provenían de fuera del mundo de la terapia narrativa. Tom Carlson me reiteró que si había una tradición en la terapia narrativa, sería esta práctica de leer y dejar que las ideas que surgían de este proceso influyeran en el próximo conjunto de ideas en el trabajo. Espero que tod*s nosotr*s, tod*s ustedes, hagan lo mismo.

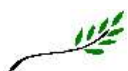
En el artículo JST de 2016, David sugirió que, "si viajas más allá de donde van los 'mapas', tienes cierta responsabilidad al regresar de informar sobre dónde fuiste y qué encontraste para que otros puedan viajar en la misma dirección... y tarde o temprano (esperemos que más temprano que tarde), un cartógrafo trazará ese territorio, permitiendo que much*s más viajen allí y amplíen la terra cognita de la práctica de la terapia narrativa" (p.84).





Referencias

- Carlson, T. (2020). Who is the outsider in insider and outsider witnessing practices: Toward a theory of oversight in narrative therapy. *Journal of Narrative Family Therapy, IWP Special Release*, pp. 5-15.
- Epston, D. & White, M. (1992). *Experience, contradiction, narrative and imagination*. Australia South: Dulwich Centre Publications. P. 9
- Epston, D. (2016). Re-imagining narrative therapy: A history for the future. *Journal of Systemic Therapies, 35(1)*, 79-87.
- Epston, D. (2018). Re-imagining narrative therapy: An ecology of magic and mystery for the maverick in the age of branding. San Diego, CA
- Epston, D. (2020). On the necessity of adventure: Toward a contemporary narrative therapy. *Journal of Narrative Family Therapy, 2*, p. 4-7
- Felluga, Dino. (2011). "Terms used by Marxism." Introductory guide to critical theory. Purdue University.
- Kuhn, T (1967). *The structure of scientific revolutions*. University of Chicago Press.
- Lax, B. (2022). Personal communication.
- Maisel, R., Epston, D., & Borden A. (2004). *Biting the hand that starves you: Inspiring resistance to anorexia/bulimia*. Norton.
- Marcus, R. (2022, December 1, 9:21 EST). Originalism is bunk. Liberal lawyers shouldn't fall for it, Washington Post.
- Merriam-Webster. (n.d.). Evolution. In Merriam-Webster.com dictionary. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/evolution>.
- Merriam-Webster. (n.d.). Orthodoxy. In Merriam-Webster.com dictionary. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/orthodoxy>.
- Oxford University Press. (n.d.). Evolution. In Oxford Dictionary. https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/us/definition/american_english/evolution.





- Rabinow, P., and Rose, N. (Eds.). (2003). Foucault today. In the essential Foucault: Selections from the essential works of Foucault, 1954—1984 (pp. 47—64). New Press. P. 27
- Rosamond, B. (n.d.). Hegemony. In Britannica Encyclopedia. <https://www.britannica.com/topic/hegemony>.
- Saul, JR. (2001). *On Equilibrium*, Penguin Books. Pp. 116-121.
- Scholte, J. A. (2020). *Hegemony and world order: Reimagining power in global politics*. Routledge.
- Sargent, G. (2022, January 24). Behind the latest GOP restrictions on race teaching: A hidden, toxic goal, Washington Post.
- Siegel, D. (2009). *Mindsight: The new science of personal transformation*. Norton.
- Siegel, D. (2016). *Mind: A journey to the heart of being human*. Norton.
- Siegel, D (2018). *Aware: The science and practice of presence*. Tarcher Perigee.
- Vocabulary.com. (n.d.). Orthodoxy. In vocabulary.com dictionary. <https://www.vocabulary.com/dictionary/orthodoxy>.
- Vocabulary.com. (n.d.). Hegemony. In vocabulary.com dictionary. <https://www.vocabulary.com/dictionary/hegemony>.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. Norton.
- White, M. (2011). *Narrative practice: Continuing the conversations*. Norton, pp. 10-16.
- Zimmerman (2018). *Neuro-Narrative therapy: New possibilities for emotion-filled conversations*. Norton pp. 1-12.

