

CAPÍTULO 5. HUSSERL Y LA FENOMENOLOGÍA

La fenomenología

No es propiamente un sistema filosófico, se trata más bien de una forma de acercarse al estudio de la realidad o, inclusive, de una metodología científica. Así mismo puede ser entendida como una visión del mundo, una actitud, que nació como protesta a los métodos racionalistas y positivistas que imperaban en las ciencias (inclusive en las ciencias humanas): “La fenomenología no es un sistema de proposiciones y verdades filosóficas, sino que es un método del filosofar que viene exigido por los problemas de la filosofía, y que se aparta mucho del modo en que nos desenvolvemos y orientamos en la vida” (Reinach en Moreno, 2000).

Aspectos biográficos de Husserl

Se considera a Edmund Husserl el fundador de la fenomenología, aunque, si bien no fue él quien la inventó (el término “fenomenología” ya había sido usado a mediados del siglo XVIII; inclusive Kant, Hegel y Marx ya lo habían utilizado en sus escritos), fue el primero en desarrollar una aproximación a la investigación que se conoce como “el método fenomenológico”; y que, como escuela de pensamiento, vio la luz en los primeros años del siglo XX. Edmund Husserl nació en 1859 en Prossnitz, Moravia (ahora República Checa), que en aquel entonces formaba parte del Imperio Austro-Húngaro. Sus primeros intereses académicos se centraron en las matemáticas, las ciencias naturales y la psicología. Asistió a una serie de charlas dictadas por Wilhelm Wundt (Eder de la psicología experimental, creador del primer laboratorio de psicología en el mundo). Continuó sus estudios matemáticos en Berlín y Viena, donde recibió el reconocimiento de Doctor por su tesis: Problemas matemáticos. Llegó a la filosofía a través de la reflexión sobre los límites del conocimiento humano. Se hizo discípulo de Brentano, lo que revolucionó su forma de pensar. Husserl específicamente hablaba de su deuda con Brentano al referirse a él como “su único maestro de filosofía”. Ambos fueron amigos de por vida. De él tomó el concepto de “Intencionada” (el cual es fundamental para la fenomenología), aunque le realizó algunas variaciones, lo que lo convirtió en algo novedoso.

En el año 1900 publicó su libro Investigaciones lógicas, que se conoce como el texto que dio el nacimiento a la corriente fenomenológica en filosofía. En 1916 comienza a dar clases de filosofía en la Universidad de Friburgo, donde permanecerá como profesor hasta su retiro en 1929. Entre 1919 y 1923 tiene como principal ayudante a Martin Heidegger, quien posteriormente realizará importantes contribuciones. En 1929 escribe su artículo titulado Fenomenología, para la definición del término en la Enciclopedia Británica. Husserl murió en Friburgo en 1938, a la edad de 79 años. Desde 1933 los nazis le habían prohibido cualquier actividad académica.

Obras principales

- Investigaciones Lógicas
- Ideas
- Lógica formal y transcendental
- Meditaciones cartesianas
- Experiencia juicio
- Artículo "Fenomenología" para la Enciclopedia Británica

Fenomenología vs positivismo y racionalismo.

1. En su acercamiento a la realidad, y al intentar definir los objetos, sucesos o acontecimientos de la misma, el racionalismo busca captar aquello que define como tal, a aquello que se estudia. Es decir, intenta captar la "esencia", el sustrato inmanente, lo que no cambia y que por lo tanto puede ser usado para definir el objeto de estudio. Otra manera de decirlo es que trata de encontrar lo que resulta igual entre los iguales. Filosofía Existencial para Terapeutas Por su parte, la Fenomenología, al estudiar la experiencia directa del fenómeno, se interesa por aquello que lo hace único.

2. De cierta manera, la postura racionalista busca semejanzas. Se fundamenta en una labor que realiza el cerebro humano todo el tiempo para empezar a conocer, para acercarse a cualquier experiencial

3. La posición racionalista considera que se puede acceder al fondo de la realidad a través de inferencias por medios psicológicos. Esto significa que utiliza como herramienta para acceder a "la verdad", la interpretación. La interpretación es una herramienta que ayuda al investigador a "traducir" los acontecimientos que se están investigando a términos correspondientes con el marco teórico de referencia en el cual se fundamenta la investigación. Es como si dijera: "Cada vez que ocurra algo como X, significa Y.

Varias fenomenologías En el diccionario de filosofía de Manutener, la fenomenología se define como: El método y movimiento filosófico que tuvo su origen en el trabajo de Edmund Husserl (1859-1938). Es el intento de describir nuestra experiencia directamente, tal como es, separada de su origen y desarrollo, independiente de las explicaciones causales que los historiadores, sociólogos y psicólogos pueden ofrecer. Subsecuente mente, Heidegger, Sartre y Merleau-Ponty continuaron y refinaron el método fenomenológico, aun cuando esto no signifique que aceptaran las conclusiones de Husserl (Colín, 2002).

La reflexión fenomenológica-

Los seres humanos intentan, a través de operaciones mentales, dar sentido a todas sus experiencias, encontrar o imponer un significado al mundo. En esta tarea, tarde o temprano se llega a la pregunta básica de toda exploración filosófica: “¿Qué es la realidad?” Una respuesta típica podría ser.

Los dos procesos mentales.

Husserl decía que las personas conocen el mundo a través de dos aspectos inseparables:

a) la captación intuitiva y la integración significativa.

b) En la captación intuitiva, la persona entra en contacto con el mundo por medio de sus sentidos. Esto representa un conocimiento directo, aunque incompleto, ya que la persona no puede estar exenta de tener cierta perspectiva en su percepción. Si se observa una moneda, significativa. Es decir, al realizar la síntesis de lo nuevo con lo viejo, aunque aún en este momento no se habla de un conocimiento total.

Realidad, conciencia y la experiencia La idea de la separación entre realidad externa y conciencia subjetiva, y la lucha por certificar cuál de ambas es “más real”, ocasiona que, mientras para algunos los objetos existen independientemente de la mente, para otros no existe nada con excepción de la mente.

Sin embargo, los fenomenólogos argumentarían que la pintura que percibió esa específica persona, así como la pintura que percibiera cualquiera que haya visto el mismo cuadro, nunca puede ser percibida exactamente de la misma manera por otra persona, de hecho ¡ni siquiera puede volver a ser percibida exactamente de la misma manera por la misma persona! Incluso aunque la pintura en su estado crudo continúe existiendo, ya que todos los materiales físicos continúan allí, la pintura percibida existe de esa manera, sólo en el momento preciso de la percepción. Si la misma persona volviera a mirar la misma pintura, se encontraría con una experiencia diferente a la que tuvo la primera vez, ya que ahora le añadiría el esquema previo que posee gracias:

- El principio de singularidad. Que consiste en que todo aquello que ocurre en el campo, toda experiencia, siempre es única e irrepetible.
- El principio del proceso cambiante. Que refiere el hecho de que, en un campo, todo está en permanente cambio, todo es un proceso dinámico, en constante movimiento.

Transferencia de significados.

En la relación con el mundo las personas construyen significados y, en ocasiones (a veces con demasiada frecuencia), aplican los mismos significados a experiencias novedosas. Esto puede ser llamado “transferencia de significados”, y podría ser un concepto que explicara la idea freudiana de “transferencia”. Es importante recalcar que desde este punto de vista la conciencia no es un lugar; es un movimiento que lleva a la persona fuera de sí, la conduce a la existencia (a emerger).

Noema y noesis.

Como se mencionó anteriormente, Husserl sugiere que cada acto de conciencia está conformado por dos polos correlacionados, dos fuerzas experimentales. La primera de ellas se compone por aquello que es experimentado, tal como es experimentado. Cada fenómeno “...que cada uno de nosotros experimenta [experiencia] es un producto de ambas, variables compartidas y variables no compartidas; cada una de nuestras experiencias es una aproximación única a lo que en realidad es” (Spinel, 2003).

Intencionalidad.

Otro concepto fundamental en Fenomenología es el de la intencionalidad. Husserl retomó el concepto de Brentano, quien definió la intencionalidad como: “Cada fenómeno mental se caracteriza por lo que podríamos llamar la referencia a un contenido, la dirección hacia un objeto, La conciencia es siempre intencional, siempre está en relación con algo e implica subjetividad. A través del término “intencionalidad” los fenomenólogos señalan la básica e invariable relación que existe entre el mundo real y la experiencia consciente de él. El ser humano y el mundo; el sujeto y el objeto; el ser y la conciencia; el interior y el exterior; el organismo y el ambiente; forman una unidad indivisible. “No tenemos idea si ‘las cosas en sí mismas’ existen verdaderamente. Todo lo que podemos decir es que, como seres humanos, estamos programados para interpretar un mundo basado en objetos o cosas” (Spinelli, 1997)

Fenomenología trascendental Husserl.

Centra su estudio en la conciencia más que en la existencia misma, y sería un error considerar a toda la Fenomenología como Husserl. La segunda rama, la Fenomenología Existencial (iniciada por Heidegger que había sido discípulo de Husserl), centró su interés en la existencia misma, y se analizará posteriormente. Como a Husserl le interesaba el proceso de la conciencia e intentaba llegar a la esencia de las cosas, a una mayor aproximación:

La primera de las tres reducciones es, como ya se mencionó, la reducción fenomenológica o epojé, que consiste en enfocarla atención en la noema, en el objeto que aparece a la conciencia haciendo a un lado las preconcepciones. La segunda es la reducción eidética, que trata de enfocar ahora la noesis, el proceso de significación actual de la conciencia. En vez de enfocar el fenómeno, se enfoca la manera como éste se relaciona con la conciencia de quien lo observa; se atiende el proceso de asignar significado. Y la tercera se trata de la reducción trascendental, en la que el foco se localiza ahora en la fuente de la conciencia. “Estoy cara a cara con el self” (van Deurzen, 2000).

El método fenomenológico.

Para el análisis de la experiencia, Husserl propuso el “método fenomenológico” que va más allá de la reducción anteriormente mencionada. Este método es compartido tanto por los fenomenólogos trascendentales como por los existenciales, sólo que mientras que los primeros tratan de apocarlo para volver “a las cosas mismas”, los segundos intentan aplicarlo a la comprensión de la “existencia”. Los terapeutas de la corriente Existencial-Humanista (rogaríamos, gestálticos, logos terapeutas, existenciales, etc.) intentan aplicar dicha 148 Filosofía Existencial para Terapeutas metodología al trabajar con sus clientes, en orden de relacionarse directa y verdaderamente con ellos en vez de mirarlos a través de sus teorías favoritas. Dicho método consiste en seguir básicamente tres pasos:

1. La regla de la Epojé Esta regla es una invitación a dejar de lado las concepciones iniciales y prejuicios sobre las cosas o la realidad. A suspender las expectativas o conjeturas. A “poner entre paréntesis”, al menos temporalmente, y tanto como sea posible, todo conocimiento o reconocimiento sobre el fenómeno (objeto, persona, situación, etc.), para así poder focalizar sobre los datos directos de la experiencia. En otras palabras, la regla de la Epojé es una invitación a permanecer “abierto” a la experiencia inmediata.

2. La regla de la descripción Básicamente.

Se refiere a describir en vez de explicar, traducir o interpretar. Habiéndose “abierto a las posibilidades” contenidas en la experiencia inmediata tanto como haya sido posible a través de la E poché, ahora la invitación es a permanecer en este nivel de experiencia y no intentar llegar a ninguna conclusión o explicación sobre la experiencia. Como se vio anteriormente, permanecer en este nivel provoca cierta ansiedad, ya que la persona siente el fuerte impulso de salir de la incertidumbre y significar la experiencia. Sin embargo, si se consigue permanecer sin ninguna explicación teórica o abstracción sobre la experiencia, ni intentar cuestionarla o

negarla (lo cual aleja a la persona de la experiencia en sí), es posible realizar un examen descriptivo de las variables subjetivas que maquillan la experiencia.

3. La regla de horizontalización o eculización.

Aquí la invitación se centra en evitar colocar cualquier jerarquía inicial de significado sobre la importancia de los diferentes aspectos 150 Filosofía Existencial para Terapeutas de la descripción. En vez de ello, se propone tratar a cada factor inicialmente con el mismo valor o significado.

El terapeuta podría hacerse una imagen específica de esta persona de tal manera que, para la siguiente sesión, estaría esperando el momento en que empezara a llorar. Si, efectivamente, al inicio de la sesión la gente se suelta en Cuanto, el terapeuta podría rápidamente concluir que es “más de lo mismo” y restarle importancia a la experiencia del cedente, e Excluido responder poco empáticamente y alejarse emocionantemente de ella.

Más allá de la posición intrapsíquica.

Otra de las consecuencias de pensar fenomenológicamente es que el concepto de un ‘Yo’ que existe “dentro” del organismo es fuertemente cuestionado. Filosofía Existencial para Terapeutas Típicamente, las personas piensan que tienen un “yo” que es el que “vive las experiencias”. Desde el mismo lenguaje es visible esta tendencia. Se dice: “Yo tengo (o tuve o tendré) tal o cual experiencia”. Se considera que la presencia de un “yo” es indispensable para tener cualquier tipo de vivencia.

Husserl se percató de una paradoja: que cuando consideramos que estamos envueltos en las experiencias más vitales, más maravillosas y más envolventes de nuestra vida, aquellos momentos en que nos sentimos más vivos, nos encontramos con que allí, también, el “yo” es mínimamente autoconsciente; incluso, durante estos momentos parece haber muy poca, si es que hay alguna, experiencia del “yo”. Es sólo cuando la experiencia lía terminado que regresamos al intento de describir significativamente la experiencia que el “yo” toma un lugar central (Spinelli, 2003).

Múltiples perspectivas.

Otro punto importante que surge como conclusión en la Fenomenología es que, como resultado de las variables únicas que se cambian en cada experiencia de cada persona, ninguna experiencia puede ser completamente compartida por dos personas. “Cada experiencia es única, un fenómeno solitario de la realidad” (Spinelli, 2003). En cuanto al concepto de empatía, fenomenológicamente hablando se puede decir que “...aunque yo pueda tomar a ese segundo yo como un yo que

no soy yo, lo cojo y lo tomo desde mí. El yo real nunca puede dejar de ser” (González, 2000).

Psicoterapia Fenomenológica.

Una psicoterapia que se base en la Fenomenología (como la Psicoterapia Existencial) tendrá entonces como particular interés la experiencia subjetiva (intersubjetiva) de la realidad, el análisis de la experiencia de la conciencia. Este tipo de psicoterapia se distingue de aquellas psicoterapias que colocan su acento en el estudio del comportamiento como realidad objetiva, o de aquéllas que ponen el foco de su interés en mecanismos teóricamente inconscientes. Cabe señalar que se habla de “acento”, “principal foco de interés”, etc. Es decir, que a los fenomenólogos no les interesa proponer su metodología como panacea o como la “mejor” o “más correcta”.

Una forma de aplicar la fenomenología en psicoterapia es que el terapeuta se muestre particularmente interesado por la noema y la noesis de la narrativa de su cliente. Esto significa que realice, de manera conjunta con su cliente, una investigación fenomenológica sobre la temática que la persona trae a la consulta psicoterapéutica. Entre las preguntas que podría plantearle para indagar sobre la noema están:

¿Quién o qué personas están presentes en la narrativa?

¿Quién es el protagonista?

¿Qué es problemático?

¿Qué se valora dentro de la historia?

¿De qué forma se revela? (muestra)

¿Qué se enfatiza?

¿Qué se minimiza?

Resumiendo: La cosmovisión fenomenológica nos invita a considerar que, por lo menos al nivel de la experiencia, no existe separación alguna entre el sujeto cognoscente y el objeto conocido. Cualquier separación entre sujeto y objeto es posterior a la experiencia misma. La actitud fenomenológica es una invitación a reconocer nuestra ignorancia con respecto a la realidad, así como a aceptar con humildad que toda percepción es, en buena parte, una interpretación, un depósito de información que no necesariamente pertenece al hecho u objeto mismo.

Aplicación a la psicoterapia.

Algunas de las ideas principales que encontramos en la fenomenología y que pueden ser aplicables a la psicología y la psicoterapia son:

- El método fenomenológico resulta útil para evitar las interpretaciones apresuradas en la psicoterapia.
 - Este método no solamente puede serle útil al psicoterapeuta, sino que de hecho éste lo modela al cliente (o clientes en caso de un grupo terapéutico) a partir de la repetición continua de su aplicación. De esta forma la labor fenomenológica paulatinamente va siendo aplicada por todos los involucrados en el proceso terapéutico, convirtiéndose en un equipo de reflexión y análisis fenomenológico.
- * Los clientes pueden verse beneficiados de aprender esta manera de observar y analizar sus propias experiencias habidas que pueden continuar utilizando incluso más allá de la hora de terapia.
- Una forma de aplicar la fenomenología es realizarse preguntas de manera conjunta sobre la narrativa de la experiencia, como las preguntas que aparecen aquí mismo en el apartado de psicoterapia fenomenológica.
 - La aplicación de la cosmovisión fenomenológica facilita la aceptación de que, ni el terapeuta ni su cliente, saben ni pueden saber a ciencia cierta “la verdad”, ni cómo resolverlas problemáticas que analizan conjuntamente, ya que ninguno sabe cuál es la forma “correcta” de existir.
 - El método fenomenológica es un buen apoyo, suficiente para sostener todo un trabajo terapéutico de forma casi exclusiva en él. Si un terapeuta no hiciera otra cosa más que fenomenología, tendría un modelo psicoterapéutico completo en sí mismo.