

Un viaje experiencial: recorrido histórico del Focusing en España.

Carlos Alemany Briz

Presidente de Honor del Instituto Español de Focusing.

Corría el año 1980. Yo estaba en Massachusetts terminando la beca Fullbrigt que me habían concedido por dos años para investigar en el modelo de ayuda de Robert Carkhuff y sus aplicaciones. Para entonces ya había hecho dos cursillos introductorios a la técnica del Focusing Experiencial de Eugene Gendlin.

Aunque no la entendí del todo al principio, me pareció que era algo distinto de lo que yo había sabido y aplicado hasta entonces. Y que merecía la pena profundizar en ella antes de regresar a España.

En primavera le escribí al prof. Gendlin que trabajaba en una de las más prestigiosas universidades del país: la University of Chicago. Le preguntaba si había alguna posibilidad de acudir a Chicago para formarme mejor en ella. Pronto y con gran amabilidad me contestó que tenía suerte, pues ese mismo verano, (en los 10 últimos días de julio), estaba convocado el primer trainer internacional para aquellos que quisieran conocer y profundizar la técnica, preferentemente terapeutas profesionales de todas las naciones y que, si me parecía bien, me guardaba un sitio en ello. Le contesté que encantado y que contara conmigo.

Nos reunimos 16 terapeutas de diferentes naciones: México, Ciudad del Cabo, España, Holanda, Bélgica, Alemania, Japón, etc. El 20 de julio de 1980, en una sala de la universidad, apareció Gendlin con 8 colaboradores que habían aprendido bien con él el modelo y venían a ayudarle a supervisar las parejas. Gendlin, entonces de 54 años, me pareció una persona afable y cercana. Se creó durante todo el curso un ambiente de empatía y calidez que nos ayudó mucho a todos. Gendlin y sus colaboradores iban respondiendo a nuestras preguntas y dificultades. Entre ellos estaban los que ya son ahora históricos del Instituto, (entonces en Chicago y más tarde trasladado al norte de Nueva York): Jim Iberg, Baby Simon, J. Don (que había hecho hacía poco su tesis doctoral investigando la relación entre la sensación- sentida y su medida con aparatos bioenergéticos).

El curso mezcló exposiciones teóricas, dadas siempre por Gendlin, con prácticas en parejas supervisadas. Nos resultó interesante y útil a todos. Al terminar él nos ofreció a los que pudiéramos quedarnos más tiempo, un trabajo personal con él, previo pago de los correspondientes dólares. Yo fui uno de los que se quedó y con ello logré dos objetivos: por una parte, la experiencia de ser guiado por Gendlin y a continuación comentar la sesión y las posibles dificultades que hubieran surgido. Y por otra, cuando yo ya había decidido traerme su libro básico a España y traducirlo aquí (había aparecido hacía un año en la edición de bolsillo en New York), comentar con él las posibles traducciones de sus conceptos claves, de los neologismos que él había creado.

Para mi fueron unos días muy interesantes, de profundización y de convencimiento de que esta técnica del Focusing, aunque se parecía a otras ya conocidas, tenía su propia novedad que aportar y en ese sentido podía ser interesante para el público de habla hispana.

Volví a España en el otoño de 1980. Uno de mis principales objetivos era empezar a realizar la traducción del libro de Gendlin y buscar la editorial que quisiera publicarlo. Lo segundo fue relativamente fácil, pues Mensajero de Bilbao se interesó enseguida y firmó los correspondientes papeles con la editorial Bantam Books, estadounidense. La traducción fue más complicada. Escogí para ello a una religiosa amiga mía, Josefina Martínez, que era perfectamente bilingüe, pues había aprendido el inglés en la escuela secundaria y tenía un dominio total de él y seguía residiendo en USA. El problema no era ella, sino el uso del lenguaje de Gendlin, que había creado una serie de neologismos para los que había que encontrar la mejor forma de decirlo en lengua española. Algunos de ellos ya los había discutido con él en Chicago (felt-sense, bodily shift, carrying forward,

etc.). La traducción española era correcta, estaba bien hecha, pero leías por ejemplo “abrirse al significado interior sentido…” y no sabías muy bien a qué se refería. Y así con otras expresiones. Después de varias vueltas, decidimos dejarla para publicar con algunas notas mías a pie de página aclaratorias, y la mandamos a editorial Mensajero.

Cómo Focusing entró en España:

Noviembre de1983 fue un mes decisivo. Pues a la vez ocurrieron dos acontecimientos: la publicación de la traducción de Focusing en lengua española, (en ese mismo año aparecieron las traducciones en alemán, holandés, japonés, francés, etc. hechas sobre todo por los que habíamos participado en el curso de julio de 1980 en Chicago y con ello empezaba su expansión internacional); el otro acontecimiento importante es que el Instituto de Interacción de la calle Hortaleza convocó el primer cursillo introductorio al Focusing experiencial. Nadie sabía todavía lo que era eso. Pero creo que, confiando en mí y en mis experiencias norteamericanas, algo bueno sacarían… El curso de 30 plazas se llenó. Me preocupó un poco que hubiera gente que conocía bien, pero pensé que no había que darle demasiada importancia a eso.

Lo preparé bien, explicando los conceptos fundamentales de la técnica terapéutica y al mismo tiempo

facilitando una cierta práctica. La gente entró, preguntó sus dudas cuando estas se producían. Y yo diría que se fueron con un buen sabor de boca y con ganas de leer el libro recién aparecido para repasar todo lo que habíamos hecho. A partir de ahí, cada otoño repetíamos la convocatoria de un cursillo de introducción al Focusing de Gendlin. Mi práctica en mi consulta clínica también me ayudó para irme haciendo especialista en el Método.

Conforme íbamos avanzando, empecé a proponer una segunda parte (Focusing II), pero no sé exactamente por qué a esto no se apuntaba la gente, (con gran pena por mi parte ya que tenía material de sobra para seguir profundizando). Aun así, a veces sí que salió esta convocatoria. La gente se iba contenta y con la sensación de que se iba con un mayor dominio de la novedad del método y de sus posibles aplicaciones. Eso es lo que sucedió en la década de los 80.



Intermedio:

En las décadas de los 90 y los 2000 se realizó un avance importante respecto a la penetración de focusing en el suelo español. Recogeré algunas de las razones a las que lo atribuyo:

1) Reconozco que al principio me sentía muy solo, pues era yo el único que lo trabajaba y necesitaba gente formada que me ayudara. Lo mismo que a los congresos internacionales de focusing, que convocaban anualmente en distintas naciones, y que durante bastantes años era el único español en acudir. En los últimos años se sumaron Isabel Gascón, Concha Baena, etc. con lo que me sentí mucho más arropado.

2) El máster en Psicoterapia Humanista del Instituto de Interacción en Hortaleza: al hacerse un plan de estudios para el mismo, yo luché para que se incorporaran las llamadas terapias corporales. En este caso, era un semestre para Focusing y otro para Bio-energética. A los alumnos, que no estaban acostumbrados a ellas, les encantaban y les parecían novedosas.

Como la mayoría no sabía inglés, nos tomamos el arduo trabajo, ayudados por Jesús Ruiz Ortega, de traducir los 33 principales artículos que había publicado en inglés Eugene Gendlin, desde 1969 hasta 1996. Los publicamos en un grueso volumen en Desclée de Brouwer en 1997. Eso favoreció mucho que los alumnos trabajaran los principales artículos y también que Javier Ortigosa me concediera tener una ayudante. Elegí a Isabel Gascón, de la primera promoción, que trabajó mucho y bien y con la que me entendí estupendamente. Una ventaja fue que a mitad de curso ya podíamos dividir los alumnos en dos grupos para las prácticas y poder supervisarlos mejor.

3) La creación del Instituto Español de Focusing: comprendimos que teníamos que organizarnos mejor y de ahí surgió la creación de este Instituto, con su junta directiva y sus respectivos papeles. Y la afiliación al Instituto Internacional de Focusing, que desde comienzos del año 2.000, se había trasladado a Nueva York. A lo largo de este tiempo, cada vez más personas se han ido afiliando, tanto al Instituto español como al norteamericano, para entrar en un proceso de formación e ir alcanzando los diversos diplomas acreditados (miembro, diplomado en Focusing, trainer en formación, trainer certificado, coordinador nacional en formación y coordinador nacional acreditado).

Quiero agradecer el gran trabajo que ha realizado la junta directiva durante todo este tiempo, especialmente a Tomeu Barceló, su presidente ejecutivo durante doce años, que han ido conformando las diversas fases y contenidos de la formación, creando la reunión anual con los trainers, etc.

4) La escuela de verano: siete días intensos en el mes de julio, en Miraflores de la Sierra, donde se juntaba las exposiciones temáticas con la práctica en parejas o en pequeños grupos, siempre supervisadas por un experto. Año tras año, los asistentes han podido constatar cómo mejoraba su aprendizaje a lo largo de la misma y la evaluación final siempre ha sido muy positiva. En los primeros años se convocaban bianualmente. Luego pasamos a hacerlas anualmente. Actualmente, hay tal petición de plazas que para el mes de marzo ya hay que cortar la lista de solicitudes y pasarlas para el siguiente verano.

5) Las jornadas nacionales de Focusing: normalmente se realizan en un fin de semana entre marzo y abril. Están abiertas a todos los miembros del Instituto.

En ellas se hacen dos cosas: por una parte, presentación y trabajo con nuevos talleres, ofrecidos normalmente por alguno de los participantes; y por otra, revisión del año académico en sus diversos aspectos: estado de cuentas, actividades del Instituto a lo largo y lo ancho de la geografía española. En la última reunión en abril del 2018 se comunicó que en el curso anterior se habían realizado 67 actividades en relación con Focusing, lo que da idea –con gran satisfacción- de la envergadura que va tomando el asunto. O relaciones internacionales: la red iberoamericana de Focusing, el congreso internacional anual, etc. En un espacio para ruegos y preguntas se reciben todo tipo de sugerencias o comentarios.

Actualmente:

En esta década se ha seguido progresando en lo indicado en etapas anteriores. La creación y mante-

nimiento de la página web es un buen instrumento de contacto y de búsqueda de información, (pues también aparecen en ella especialistas que trabajan con Focusing en las diversas regiones españolas). Son numerosas las personas que la usan.

Queremos resaltar sobre todo un par de cosas:

1) En la parte bibliográfica, el incremento ha sido muy notable. Hemos pasado de tener un primer libro en lengua española (el de Gendlin de 1983, actualmente en su 8ª edición) a los 31 que actualmente tenemos, (escritos desde España, Argentina, Chile, México etc.). El incremento es muy notable y ello significa que tenemos libros de iniciación, de profundización y de diversas aplicaciones (al duelo, a los niños, al movimiento, a las enfermedades psicosomáticas etc.) El último en aparecer es el de Ann Weiser, *Focusing en la práctica clínica. La esencia del cambio* (2016), con una excelente traducción y revisión técnica.

Este enriquecimiento de materiales ha aportado muchas más posibilidades que antes y también ha favorecido que más especialistas escriban sobre ello.

2) "EnFOco": Otra decisión que ha sido positiva ha sido la creación de la revista digital EnFOco, (que se publica semestralmente y se cuelga en la página web). La cuida con mimo Carlos González. En ella aparecen, por una parte, artículos de los especialistas y por otra,

recensiones de los libros recientes. El que su divulgación sea gratis creo que ayuda a que la puedan utilizar todos los que quieran, simplemente buscándola en la página web.

3) Finalmente, creo que el espaldarazo a nuestro trabajo durante todos estos años lo ha dado el 1º Encuentro Abierto de Focusing en lengua española. Aparte de miembros españoles han asistido también personas que comprendían el español, procedentes de Francia, Argentina, Noruega, USA, Guatemala etc. Dicho encuentro tuvo lugar a mediados de octubre del 2017 en Sevilla. Queremos agradecer de una manera especial la asistencia y participación de Catherine Thorpey, actual directora ejecutiva del Instituto Internacional de Focusing (TIFI). Sus palabras nos animaron a continuar en la obra emprendida y al mismo tiempo, ella pudo constatar todo el esfuerzo realizado por el grupo español a lo largo de estos años y la seriedad con la que hemos estado trabajando.

Y termino. Volviendo la vista atrás, no puedo menos de sentirme orgulloso por el trabajo realizado en estos 38 años al introducir el Focusing Experiencial de Gendlin al público de lengua hispana. Y, por otra parte, agradecer lo que me ha aportado a mi propia vida y a mi trayectoria profesional. La sensación que tengo en estos momentos, además de la de agradecido, es la de esperanzado: nuevas generaciones, muy bien formadas, han cogido y están cogiendo nuestro relevo y eso me da una gran confianza.

