PSYKHE
1998, Vol.7, Nº 1, 55-61

Copyright 1998 by Psykhe
ISSN 0717-0297

Los Títulos Siempre Mienten
Titles Always Lie

Alejandro López y Cristián Cortés
Pontificia Universidad Católica de Chile

El presente artículo constituye una revisión del concepto de paradoja. Se abre con un diálogo como introducción didáctica y lúdica a la denominada "paradoja del mentiroso" originalmente atribuida al filósofo griego Eubúlides. Su contenido propiamente tal incluye distintas variaciones de esta paradoja. Su forma, sin embargo, también incluye algunas variaciones de esta paradoja, con lo cual el diálogo no sólo representa una descripción temática de la paradoja del mentiroso, sino que a la vez constituye un ejemplo particular de la misma. El artículo se cierra con un *post scriptum* en que el concepto de paradoja se extiende para incluir las paradojas pragmáticas y su relación con la psicología en cuanto a la psicopatología, la psicoterapia y la experiencia transpersonal.

This article is a revision of the concept of paradox. It opens with a dialogue as a didactic and playful introduction to the so-called "liar's paradox" originally attributed to the Greek philosopher Eubulides. Its content includes different variations of this paradox. Its form, however, also includes some variations of this paradox, and thus the dialogue not only represents a thematic description of the liar's paradox, but is at the same time a particular example of it. This article ends with a *post scriptum* that extends the concept of paradox to include pragmatic paradoxes and their relation to psychology regarding psychopathology, psychotherapy, and transpersonal experience.

Aquiles (el guerrero griego, el más rápido de todos los mortales) se ha bajado de la caparazón de la muy tolerante Tortuga (la más lenta entre los lentos) y ambos descansan junto a un laurel en la antigua Grecia.[1]

Aquiles, el guerrero: Las tortugas siempre terminan mintiendo.

Tortuga: ¿Decía usted, Aquiles?

Aquiles: Sólo pensaba en voz alta, Sr. T. Sucede que desde nuestra última carrera no han dejado de darme vueltas ciertas ideas en la cabeza.

Tortuga: ¿Ciertas ideas?

Aquiles: Sí, por ejemplo, no he podido quitarme de la cabeza la idea de la carrera perpetua.

Tortuga: ¿Carrera perpetua?

Aquiles: Claro, una carrera en la que uno no pudiera detenerse una vez que ya ha partido.

Tortuga: ¡Qué sugerente!

Aquiles: El problema es que una carrera perpetua requeriría una recta infinita. Por supuesto, a estas alturas hasta el obstinado de Zenón debería aceptar ya no sólo el hecho de que el movimiento es posible, sino también el hecho de que no hay distancia alguna -por infinita que parezca- que yo no pueda recorrer de unos cuantos saltos. Al menos así creo habérselo demostrado en nuestra primera carrera, ¿recuerda?

Tortuga: Por supuesto que recuerdo. Lo que no entiendo es por qué su carrera perpetua requiere una recta infinita cuando bastaría con correr en círculos.

Aquiles: ¡Brillante! Le juro que no se me había ocurrido.

Tortuga: No necesita jurármelo.

Aquiles: Pero me temo que hay otro problema. Una carrera perpetua requeriría mantener el impulso inicial eternamente.

Tortuga: Hum, déjeme pensar... ¡Euclides—quiero decir, Eureka! ¡Ya lo tengo! ¡Bastaría con cambiar el lienzo!

Aquiles: Creo que no entiendo.

Tortuga: Déjeme explicarle. Como sabrá, en una pista de carreras circular el punto de partida y el punto de llegada de los corredores es el mismo, sólo que para distinguirlos se emplea un lienzo que por delante dice "Partida" y por detrás dice "Meta".

Aquiles: Hasta un niño sabe eso.

Tortuga: Bueno, bastaría entonces con cambiar ese lienzo por otro que por ambos lados dijera "Partida". De este modo, cuando los corredores hubieran dado una vuelta completa a la pista y creyeran estar llegando a la meta se encontrarían con la sorpresa de estar alcanzando recién la partida; y dando entonces otra vuelta completa a la pista volverían a encontrarse con la sorpresa de estar alcanzando recién la partida; y no pudiendo detenerse sino hasta

---

Alejandro López y Cristián Cortés, Escuela de Psicología.
La correspondencia relativa a este artículo debe ser dirigida a Cristián Cortés, Escuela de Psicología, Pontificia Universidad Católica de Chile, Avda. Vicuña Mackenna 4860, Santiago, Chile.

[1] Los ejemplos de paradojas incluídos en este diálogo fueron adaptados de Carroll (1972); Gardner (1983); Hofstadter (1987); López, Parada, & Simonetti (1991); y Shah (1972).

llegar a la meta seguirían así corriendo eternamente en círculos infinitos en una—

Aquiles: ¡Carrera perpetua!

Tortuga: Exactamente.

Aquiles: Pero eso de cambiar el lienzo sería introducir una pequeña trampa en el asunto.

Tortuga: No veo por qué lo llama "trampa". Se trata más bien de introducirlos en una gran paradoja lógica.

Aquiles: ¡Oh, esa maldita manía suya de llevarlo todo a un plano lógico, Sr. T!

Tortuga: Sólo pretendía solucionar su problema pedestre, Aquiles. Y a propósito de lógica, ¿le gustaría oir una paradoja que la mayoría de la gente cree resolver a diario y que sin embargo no tiene solución?

Aquiles: Me encantaría.

Tortuga: Bueno, se trata de la denominada "paradoja del mentiroso" atribuida al poeta Epiménides de Creta quien viviera en el siglo VI A.C.

Aquiles: ¿Antes de quién?

Tortuga: Oh, no importa, ése es ya otro cuento.

(En ese momento aparece Epiménides de la nada.)

Epiménides: ¡Hola, hola! ¿Qué pasa? ¿Qué hay de nuevo? ¿Me buscaban?

Aquiles: ¿Si acaso lo buscábamos? ¿Es usted por casualidad el poeta Epiménides de Creta?

Epiménides: Ciertamente.

Tortuga: ¡Qué coincidencia! Justamente estaba por contarle a Aquiles su famosa paradoja.

Epiménides: ¿Mi famosa paradoja? Pero si no soy más que un simple poeta dedicado a escribir simples versos.

Tortuga: No sea modesto, Epiménides. En Creta es usted todo una leyenda. Por ejemplo, cuentan los cretenses que en cierta ocasión estuvo durmiendo durante ¡57 años!

Epiménides: ¿57 años? Ah, pero si siempre lo he dicho—

Aquiles: ¿Qué cosa?

Epiménides, el cretense: Todos los cretenses son mentirosos.

Tortuga: ¡Imposible!

Aquiles y Epiménides *(al unísono)*: ¿Cómo?

Tortuga: Digo que lo que acaba de decir es imposible.

Epiménides: ¿Me está tratando acaso de mentiroso?

Tortuga: ¡Oh no! No soy yo el que lo trata de mentiroso. Usted mismo lo hace.

Epiménides: ¡Creo que cada vez empeora más la situación, Sr. Tortura—quiero decir, Tortuga!

Tortuga: Déjeme explicarle. Pero antes permítame preguntarle algo, ¿aceptaría el hecho de que los mentirosos siempre mienten?

Epiménides: Sin duda.

Tortuga: ¿Y el hecho de que los no mentirosos o veraces siempre dicen la verdad?

Epiménides: Por supuesto.

Tortuga: Y para no dejar ningún cabo sin atar dígame, ¿es usted cretense de verdad?

Epiménides: Creí que ya me había presentado. Epiménides, el cretense, para servirles.

(En ese momento Epiménides desaparece.)

Tortuga: ¡He aquí la paradoja del mentiroso! Epiménides, el cretense, ha dicho "Todos los cretenses son mentirosos".

Aquiles: ¡Claro, si lo que el cretense Epiménides dice es verdad, entonces es mentira que todos los cretenses son mentirosos!

Tortuga: ¡Brillante! Siga explicando la paradoja.

Aquiles: ¿De qué paradoja me habla? Si sólo se trata de un cretino mentiroso.

Tortuga: Cretense, querrá decir. Pero nuevamente se ha quedado a mitad de camino.

Aquiles: ¿A qué se refiere?

Tortuga: Déjeme explicarle. Tiene razón, si lo que el cretense Epiménides dice es verdad, entonces es mentira que todos los cretenses son mentirosos. ¡Pero luego si lo que el cretense Epiménides dice es mentira, entonces es verdad que todos los cretenses son mentirosos!

Aquiles: ¿Me quiere decir acaso que la afirmación de Epiménides es falsa cuando es verdadera y es verdadera cuando es falsa?

Tortuga: Exactamente.

Aquiles: Debo confesar que no lo pensé así.

Tortuga: ¿No es una joroba? Es mi paradoja favorita.

Aquiles: Y a propósito de jorobas, me recuerda un cuento persa que nunca he podido entender acerca de un mulá que quería aprender a leer.

Tortuga: Bueno, una mula leyendo sería—

Aquiles: ¡Una anomalía, por supuesto! Pero no dije "mula", sino "mulá" que es algo así como un maestro espiritual.

Tortuga: En ese caso me encantaría escuchar su cuento.

Aquiles: Bueno, cuentan que un famoso fakir llegó un día a una aldea jactándose de poder enseñar a leer instantáneamente a cualquier persona analfabeta. El mulá de la aldea que era analfabeto se presentó ante él diciéndole "Muy bien, enséñame a leer ahora mismo". El fakir tocó entonces la frente del mulá y le dijo "Vete ahora a tu casa a leer un libro". Después de un rato, el mulá regresó al lugar blandiendo un libro, pero el fakir ya había continuado su camino. "¿Puedes leer ahora, mulá?" le preguntó la gente. "Sí, puedo leer, pero no se trata de eso. ¿Dónde está ese embustero?". "¿Cómo puede ser él un embustero si te ha enseñado a leer instantáneamente?". "¡Porque este libro autorizado en la materia dice que todos los fakires son embusteros!".

Tortuga: ¡Maravilloso!

Aquiles: Patético, diría yo.

Tortuga: ¿Dónde lo aprendió?

Aquiles: Bueno, la verdad es que me lo enseñó un fakir muy famoso.

Tortuga: ¡Brillante! Le juro que no se me habría ocurrido. Es usted un excelente alumno.

Aquiles: ¿A qué se refiere?

Tortuga: Me refiero a su exquisita manera de aludir a la paradoja del mentiroso. Lo curioso es que cada vez que decimos "Estoy mintiendo" parafraseamos sin darnos cuenta esta misma paradoja.

Aquiles: ¡Oh no, por favor, no me diga eso!

Tortuga: ¿Pero de qué se preocupa? Siempre lo he considerado un caballero muy veraz.

Aquiles: Este... claro. Es sólo que estas paradojas lógicas me confunden un poco. Me complica esto de no poder decidir de una vez por todas si algo es verdadero o falso. Es como un cuento de nunca acabar... ¡Ya sé! Como una carrera perpetua.

Tortuga: Tiene razón. Las paradojas lógicas son las carreras perpetuas del pensamiento.

Aquiles: Y a propósito de paradojas, ¿dónde se metió Epiménides?

Tortuga: ¿Epiménides?

Aquiles: Sí, el autor de la paradoja del mentiroso.

Tortuga: El autor de la paradoja del mentiroso es el filósofo griego Eubúlides.

Aquiles: ¡Pero si me acaba de contar que es el poeta Epiménides de Creta!

Tortuga: ¿Epiménides de Creta? Ah, pero si siempre lo he dicho—

Aquiles: ¿Qué cosa?

Tortuga: Todas las tortugas son mentirosas.

(En ese momento aparecen Sócrates y Platón.)

Sócrates y Platón *(al unísono)*: ¡Hola, hola! ¿Qué pasa? ¿Qué hay de nuevo?

Aquiles: ¿Y de dónde salió este par?

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Permítame presentarme. Sócrates/Platón, para servirle.

Tortuga: ¿Pero por qué hablan al mismo tiempo?

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Para evitar contradicciones.

Aquiles: ¿Para evitar contradicciones?

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Exacto. Verá, antes si yo decía algo, entonces Sócrates/Platón decía exactamente lo contrario para ridicularizarme ante los demás. Por eso ahora repito al mismo tiempo todo lo que dice Sócrates/Platón para que así no pueda contradecirme.

Aquiles: ¡Pero qué poco original esto de repetir siempre lo que el otro dice!

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Imagínese, si desde que tengo uso de razón no he podido resolver el eterno dilema de "¿Quién habló primero, Sócrates o Platón?".

Aquiles: ¿Qué le parece el problema de estos pobres caballeros, Sr. T?

Tortuga: Ah, pero si justamente pensaba en una posible solución, Aquiles.

Sócrates y Platón *(al unísono)*: ¡Oh, por favor, díganos la solución!

Tortuga: Está bien, pero sólo se trata de una posibilidad cuyas consecuencias debo revisar. Pensaba que si se turnaran para hablar y cada uno dijera algo declarando primero que lo que el otro acaba de decir es verdad, entonces se solucionaría el problema. En vez de contradecirse se confirmarían mutuamente quedando como unos sabios ante los demás.

Aquiles: Ah, pero si justamente pensé en la misma solución. ¡Oh, esa maldita manía suya de adelantárseme, Sr. T! ¿Por qué no lo intentan, caballeros?

Tortuga: No se apresure, Aquiles. Ya le dije que aún no revisaba todas las posibles consequencias lógicas de esta solución.

Aquiles: No se preocupe. Yo me hago responsable de todas las posibles consecuencias logísticas del asunto.

Sócrates y Platón *(al unísono)*: ¡Sí sí, Aquiles, ayúdenos a intentarlo!

Aquiles: Está bien. Yo seré el árbitro que velará por el cumplimiento de la regla.

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Correcto.

Aquiles: Una moneda decidirá quién será el primero en hablar. Elijan, ¿cara o sello?

Sócrates y Platón *(al unísono)*: Cara.

Aquiles: ¡No no, caballeros, así no se decidirán nunca! ¿Sr. T, podría elegir por ellos?

Tortuga: Es que revisando las posibles consecuencias lógicas de esta solución dí con un caso en que provocaría otro problema y—

Aquiles: ¡Un caso! ¡Un caso de los miles de casos posibles! ¿Acaso prefiere que estos caballeros se pasen la vida hablando al mismo tiempo, porque ha dado con un solo caso en que la solución provocaría otro problema? ¡Basta ya de exquisiteces lógicas! Dado que se resiste a colaborar, eligiré yo por ellos. Sócrates será cara y Platón será sello.

Sócrates y Platón (al unísono): Perfecto.

(Aquiles lanza la moneda al aire.)

Aquiles: ¡Cara! Bueno, entonces Sócrates hablará ahora y luego hablará Platón, pero declarando primero que lo que acaba de decir Sócrates es verdad. Entonces hablará Sócrates nuevamente, pero declarando primero que lo que acaba de decir Platón es verdad y así sucesivamente. Comience, Sócrates.

Sócrates: En realidad... *(Mira asombrado a Platón al comprobar que éste no ha repetido sus palabras.)* ustedes saben... no es que yo sea desconfiado... pero mi experiencia me dice que—

Aquiles: ¿Qué cosa?

Sócrates: La próxima afirmación de Platón será falsa.

Platón: Sócrates ha dicho la verdad.

(Sócrates y Platón empiezan a perseguirse mutuamente en torno al laurel repitiendo sin cesar— Sócrates: ¡Falso!, Platón: ¡Verdadero!, Sócrates: ¡Falso!,...).

Aquiles: ¡Sr. T, este par se ha vuelto loco!

Tortuga: Se lo advertí, Aquiles. Eso le pasa por apresurado.

Aquiles: Pero si no hice más que velar por el cumplimiento de la regla.

Tortuga: Justamente. Y por esas extrañas coincidencias del destino se dio precisamente el caso al cual me refería.

Aquiles: Creo que no entiendo.

Tortuga: Déjeme explicarle. Sucede que con su diálogo Sócrates y Platón han producido una variación de la paradoja del mentiroso de la que hablábamos hace un rato.

Aquiles: ¿La de Eubúlides, el griego?

Tortuga: No, la de Epiménides, el cretense.

Aquiles: ¿Sócrates y Platón mentirosos? Pero si se trata de unos auténticos caballeros.

Tortuga: Claro, tomándolos por separado, pero juntos... Verá, Sócrates dijo "La próxima afirmación de Platón será falsa" y a continuación Platón afirmó "Sócrates ha dicho la verdad". Ahora bien, si lo que dice Sócrates es la verdad entonces la afirmación de Platón es falsa y si ésta es falsa entonces lo que dice Sócrates es una mentira. Pero si lo que dice Sócrates es una mentira entonces la afirmación de Platón es verdadera y si ésta es verdadera entonces lo que dice Sócrates es la verdad. Volvemos así al punto de partida para repetir el círculo infinito eternamente.

Aquiles: ¿Me quiere decir acaso que estos dos caballeros se pasarán la vida corriendo esta especie de posta perpetua?

Tortuga: A menos que le haga una zancadilla a uno de ellos para que el otro pueda alcanzarlo por fin.

Aquiles: Ah, pero si justamente pensé en la misma solución.

(Aquiles procede entonces a hacerle una zancadilla a Sócrates quien cae estripitosamente haciendo tropezar a Platón quien cae junto a él.)

Sócrates y Platón *(al unísono)*: ¡Le alcancé, mentiroso! ¡Siempre supe que no podía confiar en usted! ¡Desde ahora repetiré al mismo tiempo todo lo que diga para que así no pueda contradecirme! Es más...

(Sócrates y Platón se alejan discutiendo al unísono.)

Tortuga: Sabe, Aquiles, a veces tengo la impresión de que nuestros diálogos se parecen a los de Sócrates y Platón.

Aquiles: ¿Por lo repetitivos?

Tortuga: No, por lo paradójicos.

Aquiles: Creo que no entiendo.

Tortuga: Estoy seguro de que finalmente entenderá, Aquiles.

Aquiles: ¡Oh, esa maldita manía suya de hablar en acertijos, Sr. T! Y a propósito de acertijos, me recuerda una tarjeta anónima que recibí para mi último cumpleaños y que hasta ahora nunca había podido entender.

Tortuga: ¿Una tarjeta de cumpleaños anónima?

Aquiles: Sí, una tarjeta muy sugerente que venía escrita por ambos lados. Por uno decía "La frase escrita en la otra cara de esta tarjeta es verdadera" y por el otro decía "La frase escrita en la otra cara de esta tarjeta es falsa".

Tortuga: ¡Maravilloso!

Aquiles: Paradójico, diría yo.

Tortuga: Siempre supe que finalmente entendería, Aquiles. En nuestra propia carrera perpetua, la meta es también la partida, porque—

Aquiles: ¿Decía usted, Sr. T?

Tortuga: Los guerreros siempre empiezan diciendo la verdad.

Post Scriptum

¿Qué es una paradoja? Una paradoja es típicamente definida como "una contradicción que resulta de una deducción correcta a partir de premisas congruentes" (Watzlawick, Beavin, & Jackson, 1995, p. 173). Es decir, una paradoja no es un error o falacia del razonamiento, sino que "una clase de enunciados que resultan al mismo tiempo verdaderos y falsos, correctos y erróneos..." (Nardone & Watzlawick, 1992, p. 96). En este sentido, las paradojas desafían el *principio del tercero excluído* de la lógica clásica según el cual "dos juicios que se oponen contradictoriamente no pueden ser ambos verdaderos" (Ferrater, 1970, p. 406). Más aún, las paradojas desafían las concepciones dualistas de mundo que se fundamentan en este principio.

Existen básicamente tres tipos diferentes de paradojas: (1) paradojas lógicas o antinomias, (2) paradojas semánticas o definiciones paradójicas, y (3) paradojas pragmáticas o instrucciones paradójicas. Las antinomias son aquellas paradojas que "surgen en sistemas formalizados tales como la lógica y la matemática" (Watzlawick et al., 1995, p. 175). Un ejemplo clásico es: *la clase de todas las clases que no son miembros de sí mismas*. Las definiciones paradójicas son expresiones verbales que "de una u otra forma se invalidan a sí mismas" (Hofstadter, 1981). Un ejemplo es la siguiente variante de la paradoja del mentiroso desarrollada en el diálogo precedente: *esta frase miente*. Finalmente, las instrucciones paradójicas surgen en la pragmática de las interacciones comunicativas prescribiendo comportamientos que "ponen en crisis el sistema preexistente de percepciones de la realidad y reacciones ante ella" (Nardone & Watzlawick, 1992, p. 96). Un ejemplo imposible de obedecer es: *sé espontáneo*.

Es así como las paradojas no constituyen, como pudiera parecer, curiosos problemas de lógica por resolver o juegos de palabra para divertirse. Más bien, "en la naturaleza de la paradoja hay algo que encierra importancia pragmática inmediata, e incluso existencial, para todos nosotros, la paradoja no sólo puede invadir la interacción y afectar nuestra conducta y nuestra salud mental, sino que también pone a prueba nuestra creencia en la congruencia y, por ende, en el sentido final de nuestro universo" (Watzlawick et al., 1995, p. 173). Las paradojas son parte de la vida. Comprenderlas, y eventualmente utilizarlas, es parte de la psicología.

Las paradojas pragmáticas plantean el tipo de situaciones que más se acerca al ámbito que concierne a la psicología y se incluyen dentro de un amplio campo del comportamiento humano que va desde la psicopatología hasta las técnicas terapéuticas, abarcando incluso las experiencias transpersonales. Es el *enfoque pragmático* de la comunicación humana el que se ha ocupado de estudiar los trastornos de la comunicación, particularmente a partir de los trabajos de Bateson (1985) sobre la relación entre comunicación y esquizofrenia (e.g., Bateson, 1960, 1965; Bateson, Jackson, Haley, & Weakland, 1956). Para explicar la relación entre ambos fenómenos se formuló la hipótesis del *doble vínculo*. Dicha hipótesis señala que resulta posible comprender la esquizofrenia como un trastorno comunicacional sistémico en que se ponen en juego ciertos patrones de comunicación en que se trasgrede la tipicación de los niveles lógicos en que los participantes interactúan. La interacción deviene en cierta clase de instrucciones paradójicas en que la *víctima* se ve atrapada y frente a la cual resulta imposible responder adecuadamente. El resultado de una clase de interacción recurrente de este tipo es un patrón de comportamiento que cumple con los requisitos del diagnóstico de esquizofrenia.

De un modo similar, hay cierto tipo de instrucciones y requirimientos paradójicos propio de los trastornos comunicativos que, si bien no son necesariamente patológicos, sí producen trastornos más o menos importantes en el comportamiento y definición del *self*. Dentro de esta clase de paradojas se pueden distinguir aquellas que implican *exigir* un comportamiento *espontáneo* por parte de la otra persona. Es decir, un tipo de interacción apta para

arabescos paradójicos tales como "exigir que algo se recuerde u olvide con espontaneidad, intentar provocar una erección u orgasmo mediante el empeño de la voluntad que hace precisamente que sea imposible lo que se intenta, dormirse porque uno a la fuerza quiere dormirse" (Watzlawick, 1984, p. 103). Otros ejemplos por el estilo incluyen exigir calma bajo presión, obligarse a enamorarse de alguien y también instrucciones paradójicas resultantes de mensajes autoalusivos que se invalidan a sí mismos, tales como pedirle a otro "no me obedezcas", "no me hagas caso y haz lo que tú quieras" o "en esta relación nuestra toma tú la iniciativa".

Una forma peculiar de mensajes en que la respuesta adecuada es imposible corresponde a aquéllos en que el nivel de contenido es invalidado por el nivel metacomunicativo y viceversa. Cualquiera sea el nivel en que se responda se termina en el nivel inadecuado. Este es el caso de los patrones de doble vínculo, pero hay un tipo de interacción *normal* cotidiana en que este patrón también se presenta sin ser necesariamente esquizofrenogénico. Se trata de aquellos mensajes en que los niveles de abstracción se contradicen mutuamente. Es decir, un mensaje que a nivel de contenido dice algo (e.g., "simpático", "linda", "gracias"), pero metacomunicacionalmente indica que el sentido es el contrario (e.g., tono sarcástico, gestos agresivos, actitud indiferente). De este modo, si el afectado responde al nivel de contenido quedará en ridículo por no darse cuenta del mensaje *real* (e.g., burla). Pero si el afectado responde al nivel metacomunicativo será recriminado por ser desconfiado y no darse cuenta de las palabras que se dijeron. En suma, se es *inadecuado* por responder *adecuadamente* a cualquiera de los dos nivelse del mensaje.

Las paradojas pragmáticas no son, sin embargo, sinónimo de inadecuación o psicopatología. Algo que resulta particularmente interesante de las situaciones paradójicas es su potencial terapéutico. Justamente los *callejones sin salida* presentan una oportunidad para lograr que las personas tengan que recurrir a ciertas *salidas* que obligan a reencuadrar la situación de una manera inesperada y novedosa. Esto es lo que se conoce como *prescripciones paradójicas.* "Ante un problema que se presenta como espontáneo e irrefrenable, por ejemplo, coacciones de repetición, obsesiones o comportamientos compulsivos, resulta muy eficaz prescribir el comportamiento sintomático mismo, ya que de esta manera se coloca a la persona en una situación paradójica de tener que realizar voluntariamente aquéllo que es involuntario e incontrolable y que siempre ha intentado evitar... la ejecución voluntaria del síntoma anula al síntoma mismo, que en calidad de tal ha de ser algo espontáneo e incontrolable" (Nardone & Watzlawick, 1992, p. 108).

Las paradojas han tenido además un uso pragmático que trasciende la psicología tradicional. Desde tiempos remotos se las ha utilizado como medio de *iluminación* o trascendencia de niveles de conciencia. Varias filosofías orientales las han considerado como parte de sus métodos de enseñanza y cambio de la percepción. La tradición *sufi* y la filosofía *zen* han ahondado particularmente en este campo. Ambas coinciden en considerar al lenguaje lógico como una dificultad para el real conocimiento. En este sentido, el zen pretende "liberar la mente de la confusión del lenguaje que se ajusta a la experiencia como una camisa de fuerza" (Kapleau, 1975, p. 92). Para lograr este propósito, el sufismo se vale de ciertas historias con contenido paradójico. Por su parte, la filosofía zen ocupa los *koanes* -sentencias paradójicas *sin sentido*- como elemento central de su técnica de meditación. Tales recursos pretenden trabar el modo habitual de pensar/hablar lógico que no es más que un modo de percepción ilusorio.

Algunos ejemplos de la tradición sufi han pasado a ser parte de la tradición occidental. Tal es el caso del siguiente relato (Shah, 1976, p. 23): "Un monarca decidió que él podía hacer -y haría- que la gente dijese la verdad. El podía obligar a practicar la veracidad. Se entraba a su ciudad por un puente. Sobre éste hizo construir un patíbulo. Cuando al amanecer del día siguiente fueron abiertas las puertas, el capitán de la guardia se encontraba allí apostado con un escuadrón de tropas para examinar a todo el que entraba. Fue hecho este anuncio, "Todos serán interrogados. Si dicen la verdad, se les permitirá entrar. Si mienten, serán colgados." El mulá Nasrudín se adelantó. "¿A dónde va usted?" "Yo -dijo Nasrudín lentamente- voy camino a ser colgado." "¡No le creemos!", le contestaron. "Muy bien, si he mentido, ¡cuélguenme!"

La filosofía zen, cuyas raíces se encuentran en parte en el *taoismo*, suele plantearse de un modo desconcertante que hace imposible entender o responder de un modo lógico. Tal es el caso de la máxima de Lao-Tse (1977, p. 96) "sapiente no habla, parlante no sabe". Es decir, el que realmente sabe no dice lo que sabe y aquéllos que hablan, en realidad es porque no saben. ¿Pero qué ocurre entonces con

Lao-Tse y todo lo que dijo, incluida su máxima?

Algo similar ocurre con las parábolas y koanes del zen. Estas expresiones no son compatibles con la lógica del lenguaje y "nos revelan las limitaciones esenciales de la mente lógica como instrumento para captar la verdad última" (Kapleau, 1975, p. 92). Los siguientes ejemplos muestran esto.

Un maestro zen dice a su discípulo, "Más allá de la afirmación o negación muéstrame la verdad del zen. ¡Rápido, rápido o te daré treinta golpes!" (Watts, 1979, p. 62).

Otro maestro se presentó ante un grupo de discípulos sosteniendo un garrote en sus manos y les dijo, "¿Ven esto? Si lo ven, ¿qué es lo que ven? ¿Dirían ustedes, "Es un garrote"? Si lo dijeran, entonces ustedes son personas ordinarias, no tienen zen. Pero si dicen, "No vemos ningún garrote", entonces yo tendría que decirles, "Aquí estoy sosteniendo uno y ¿cómo pueden ustedes negar esa realidad?" (Watts, 1979, p. 62).

Un hombre se encuentra colgando de un árbol. Se sostiene con la boca de una rama sin aferrarse con las manos ni tocando el tronco con los pies. Alguien que está lejos le pregunta, "Qué es el zen?" (Watts, 1979, p. 79).

Como puede observarse, se trata de situaciones que podríamos catalogar de imposibles o *locas*. Tanto es así que "el esquizofrénico se encuentra contínuamente en la misma situación que ese discípulo, pero lo que consigue es algo semejante a la desorientación y no a la iluminación" (Bateson et al., 1956, p. 237). Las paradojas pragmáticas no están sólo en la sentencia que se ocupa, sino que conforman un sistema que abarca lo que se dice, quienes lo dicen y quienes escuchan lo dicho, incluyéndola a usted como lector. Enloquecer, iluminarse, sonreir o dar vuelta la página son opciones válidas, pero no siempre posibles.

Referencias

Bateson, G. (1960). Requisitos mínimos para una teoría de la esquizofrenia. En G. Bateson (1985), *Pasos hacia una ecología de la mente* (pp. 273-299). Buenos Aires: Carlos Lohlé.

Bateson, G. (1969). Doble vínculo. En G. Bateson (1985), *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Carlos Lohlé.

Bateson, G. (1985). *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Carlos Lohlé.

Bateson, G., Jackson, D. D., Haley, J., & Weakland, J. (1956). Hacia una teoría de la esquizofrenia. En G. Bateson (1985), *Pasos hacia una ecología de la mente* (pp. 231-256). Buenos Aires: Carlos Lohlé.

Carroll, L. (1972). *El juego de la lógica*. Madrid: Alianza.

Ferrater, J. (1970). *Diccionario de filosofía*. Buenos Aires: Sudamericana.

Gardner, M. (1983). *Paradojas*. Barcelona: Labor.

Hofstadter, D. (1981). Juegos metamágicos. *Investigación y Ciencia, 54*, 102-106.

Hofstadter, D. (1987). *Gödel, Escher, Bach: un Eterno y Grácil Bucle*. Barcelona: Tusquets.

Kapleau, P. (1975). *Los tres pilares del zen*. México: Diana.

Lao-Tse (1977). *El libro del sendero y la línea recta (Tao-Te King)*. Buenos Aires: Kier.

López, A., Parada, A., & Simonetti, F. (1991). *Introducción a la psicología de la comunicación*. Santiago: Ediciones Universidad Católica.

Nardone, G., & Watzlawick, P. (1992). *El arte del cambio*. Barcelona: Herder.

Shah, I. (1972). *Lo que un pájaro debería parecer*. Buenos Aires: Octógeno.

Shah, I. (1976). *Las hazañas del incomparable mulá Nasrudín*. Buenos Aires: Paidós.

Watts, A. (1979). *El espíritu del zen*. Buenos Aires: Dédalo.

Watzlawick, P. (1984). *El arte de amargarse la vida*. Barcelona: Herder.

Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. D. (1995). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder.