

## **La conveniencia de una psicoterapia tomista en el mundo contemporáneo.**

Rafael de Abreu

En el mundo contemporáneo, la búsqueda de la salud mental y el bienestar emocional es más urgente que nunca debido al cambio tecnológico, las presiones sociales y la desconexión de los valores perdurables. Este escenario incrementa los casos de ansiedad y depresión, exacerbados por el ritmo acelerado de la vida moderna y el bombardeo de información. Muchas personas buscan terapias para un alivio inmediato, pero a menudo sin abordar las causas subyacentes de su sufrimiento, lo que pone de relieve la necesidad de una psicoterapia que promueva tanto el alivio de los síntomas como el crecimiento y el orden personal. Además, tenemos el surgimiento en el mundo contemporáneo de diversas filosofías que han moldeado profundamente el funcionamiento de las personas y las sociedades, a menudo de maneras que desordenan al individuo y comprometen su bienestar. El nihilismo, el relativismo, el materialismo y el hedonismo, por ejemplo, son algunas de estas corrientes de pensamiento que, aunque diferentes entre sí, comparten un impacto inquietante en la salud mental de las personas.

El nihilismo niega o cuestiona los aspectos fundamentales de la existencia humana, como la verdad, el conocimiento, la moral, el valor y el sentido. Con su negación de cualquier verdad objetiva o metafísica, conduce a un profundo vacío existencial. La ausencia de un propósito mayor en la vida crea un terreno fértil para la desesperanza y la apatía. Infinidad de pacientes llegan a la consulta absolutamente perdidos, sin sentido en sus propias vidas, y muchos profesionales de la psicología acaban guiándolos hacia una vida de placer para solucionar este sufrimiento, lo cual evidentemente lo aumenta. Muchos psicólogos basan su trabajo profesional en esta filosofía. Por otro lado, el relativismo, que rechaza la existencia de verdades universales y absolutas, termina por desorientar al individuo, dejándolo sin una dirección moral confiable. Los psicólogos que dentro de sus consultorios buscan relativizar todo para que el paciente crea que puede hacer lo que quiera es una realidad muy común en estos días. El materialismo, que enfatiza la importancia de lo material y lo tangible en detrimento de lo espiritual y lo intangible, es otra fuerza que contribuye al desorden en la sociedad actual y, en consecuencia, de las personas. Vivimos en una sociedad en la que

comprar es sinónimo de recreación<sup>1</sup>. El hedonismo, por otro lado, la búsqueda incesante del placer inmediato y la satisfacción de los deseos, a menudo conduce al descuido de aspectos más profundos y duraderos de la felicidad y la realización personal. El placer se convierte en el bien supremo. Donde el placer se convierte en el fin último, las personas pronto no sentirán placer en absolutamente nada. Además, el hedonismo abre la puerta a la lujuria, lo que en consecuencia hace que las personas experimenten al menos uno de los ocho efectos que tiene la lujuria<sup>2</sup>.

Cualquier psicólogo honesto será capaz de ver esta realidad de los trastornos dentro de su consultorio. *Es cierto que Freud ya denunciaba la cultura de su tiempo como causante de patologías*.<sup>3</sup> Freud criticó la cultura de su tiempo, señalándola como fuente de diversas patologías mentales, pero *después de más de un siglo de desarrollo de la obra de Freud y la extensión del psicoanálisis, y otras escuelas de psicoterapia, además del predominio de una mentalidad amoral, hedonista, centrada en la búsqueda del bienestar, la situación no parece haber mejorado, sino empeorado*<sup>4</sup>.

En la actualidad, los psicólogos se enfrentan a una crisis importante que se debe en gran medida al hecho de que muchos profesionales no comprenden completamente la naturaleza humana, o a menudo rechazan aspectos fundamentales de la misma. Sin embargo, la crisis refleja una crisis más profunda de la propia psicología, cuyos fundamentos filosóficos no logran comprender y abordar plenamente la complejidad del ser humano. Así, tanto la teoría psicológica como la práctica de los psicólogos están en crisis. Esto da lugar a profesionales que muchas veces no logran orientar a los pacientes adecuadamente hacia una mejora real. En la multiplicidad de formas de la psicología contemporánea<sup>5</sup> existe una verdadera confusión sobre lo que es el hombre y su finalidad, lo que significa que la psicoterapia a menudo instala esta confusión en el paciente. Con explicaciones insuficientes<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Abreu, Cristiano Nabuco de. *Psicología do cotidiano: como vivemos, pensamos e nos relacionamos hoje. [Psicología de lo cotidiano: cómo vivimos, pensamos y nos relacionamos hoy]*. Porto Alegre, Brasil: Artmed, 2016. p. 15.

<sup>2</sup> S.T. II-II q. 153 a. 5.

<sup>3</sup> Echavarría, Martín. *El carácter patógeno de la cultura contemporánea en La formación del carácter para las virtudes, Vol 2*. Ediciones Scire. Barcelona, 2015. p. 109. *Acusaba abiertamente a la moral judeocristiana occidental*.

<sup>4</sup> *Ibid.*

<sup>5</sup> Echavarría, Martín. EL RELATIVISMO EN LA PSICOLOGÍA Y EN LA PSICOPATOLOGÍA CONTEMPORÁNEAS. EL CONCEPTO DE NORMALIDAD Y ANORMALIDAD en [https://www.academia.edu/3073213/El\\_relativismo\\_en\\_la\\_psicolog%C3%ADa\\_y\\_en\\_la\\_psicopatolog%C3%ADa\\_contempor%C3%A1reas](https://www.academia.edu/3073213/El_relativismo_en_la_psicolog%C3%ADa_y_en_la_psicopatolog%C3%ADa_contempor%C3%A1reas). *Que las bases teóricas de la psicología contemporánea, al menos en sus escuelas y autores más publicitados, no son bien conocidas. Si se le acusa, por tanto, de reduccionismo, determinismo, cientificismo, materialismo, naturalismo, etcétera. La presente comunicación se centra en otros problemas: el relativismo. Esto está presente en muchos autores de diferentes sectores de la psicología.*

<sup>6</sup> Un ejemplo de este hecho es lo que dice el padre Ignacio Andereggen en *Santo Tomás, psicólogo* en su libro *Antropología Profunda: Nunca se puede conocer al hombre concreto sin comprender la inteligencia, la*

y sin un camino seguro hacia el crecimiento humano, el profesional será incapaz de ayudar a alguien a ser mejor. Será como un *ciego guiando a otros ciegos*<sup>7</sup>.

La crisis de la psicología contemporánea, que comienza en la vida de sus autores, se desarrolla en la teoría e impacta en la práctica clínica, presenta un gran reto para los profesionales que desean poner orden en sus pacientes. Los psicólogos a menudo utilizan teorías y prácticas inapropiadas para abordar la complejidad del ser humano y a menudo no saben lo que realmente es el hombre. La falta de una comprensión integral del ser humano, incluyendo la dimensión espiritual, crea un vacío en la psicoterapia, haciéndola menos efectiva para el crecimiento del paciente. Esto demuestra que la psicoterapia moderna está desorientada, sin saber de dónde parte y hacia dónde va. Hoy en día, los pacientes perdidos a menudo buscan psicoterapia con profesionales igualmente desorientados.

Esta crisis de la psicología que fluye en la práctica clínica es el resultado de una desconexión con valores verdaderos y duraderos que sirven de antídoto a una vida sin sentido y a las filosofías que prevalecen en la sociedad actual y que enferman tanto a las personas. Sin ofrecer una base moral clara y una orientación ética sólida, esta psicoterapia no capacita a los individuos para encontrar sentido en sus vidas, porque asigna aleatoriamente un nuevo fin al hombre que suele ser alguna ideología. Esta desorientación sobre el fin último<sup>8</sup> no solo daña la salud mental individual, sino que también contribuye a la destrucción de una sociedad más justa y armoniosa, es decir, una sociedad virtuosa. Las implicaciones terapéuticas de esta realidad abren la puerta a una disminución del ejercicio de la inteligencia<sup>9</sup>.

---

*voluntad, el alma humana, sus poderes sensitivos; en fin, el verdadero ser y el funcionamiento "profundo" -esta es la verdadera Psicología Profunda- de la persona humana. Sólo la superficialidad del pensamiento podría intentar una verdadera síntesis especulativa entre la doctrina filosófica clásica del hombre, tal como aparece formulada en santo Tomás, por ejemplo, y la psicología de Freud, Jung, Frankl, Piaget, Lacan, Kohut y muchos otros. Puesto que nos quedamos solo en la dimensión que determina esencial y radicalmente toda la condición humana, la concepción de la inteligencia de estos autores no solo es profundamente insuficiente, sino también profundamente distorsionada. En este campo tan delicado, del que dependen todos los demás que se refieren al hombre, las ilusiones concordantes solo pueden conducir a errores fatales, con consecuencias muy negativas.*

<sup>7</sup> Mateo 15:14 *Déjalos, porque son ciegos y guías de ciegos; y si un ciego engaña a otro ciego, los dos caerán en el hoyo.*

<sup>8</sup> S.T. I-II, q.1, a. 7. *El último fin puede ser considerado desde un doble punto de vista, tanto en su esencia como en su contenido; pero en cuanto a la esencia, todos concuerdan en querer el fin último, pues todos desean alcanzar la perfección misma, que es la esencia del fin último, como se ha dicho antes. Pero en cuanto al contenido, no todos los hombres están de acuerdo con él. Porque algunos desean las riquezas como un bien perfecto, otros por placer, y otros por otras cosas. Así como el dulce es agradable a todos los gustos, pero por esto es más agradable el dulzor del vino, por el primero, el de la miel o cualquier otro. Pero necesariamente, lo más delicioso debe ser la dulzura en la que más se deleita el que tiene el sabor perfecto. De la misma manera, el bien debe ser muy completo, que es deseado como fin último por quien tiene el afecto bien dispuesto.*

<sup>9</sup> Andereggen, Ignacio. *Antropología profunda: El hombre ante Dios según santo Tomás y el pensamiento moderno*. Buenos Aires: Educa, 2008. p. 353. *Nunca se puede conocer al hombre concreto sin comprender la inteligencia humana, la voluntad, el alma humana, sus poderes sensitivos; en fin, el verdadero ser y el funcionamiento "profundo" – es la verdadera Psicología Profunda – de la persona humana. (Santo Tomás, psicólogo).*

En el relativismo, las implicaciones terapéuticas pueden conducir a un tratamiento menos efectivo al subestimar la importancia de los valores universales en la promoción del bienestar psicológico. Las terapias que no consideran conceptos como el bien y el mal, o que niegan la existencia de una naturaleza humana, no logran ayudar a los pacientes a enfrentar sus conflictos internos de una manera saludable. Además, el relativismo limita la comprensión de la condición humana. Al rechazar la idea de características inherentes al ser humano, esta psicología relativista pierde de vista aspectos importantes de la experiencia humana, como la búsqueda de la felicidad, un sentido real de la vida, el perfeccionamiento del carácter, etcétera. Esto da lugar a un enfoque más superficial y perjudicial cuando se trata de cuestiones profundas de la vida humana. El relativismo también complica la formación de consenso dentro de la comunidad psicológica sobre importantes cuestiones teóricas y prácticas. Si cada psicólogo puede tener su propia interpretación de lo que es la verdad y la moral, esto conduce a una fragmentación en la práctica y la teoría.

Al observar la filosofía nihilista en una terapia, tendremos un profesional que mira a los pacientes de una manera extremadamente pesimista, que no cree en la felicidad y la excelencia humana. Como resultado, el paciente que entra con cierta esperanza de estar mejor, tarde o temprano, se verá frustrado por este profesional, que dará consejos, directa o indirectamente, sobre lo inútil o irrelevante que es buscar la felicidad y ser virtuoso. Con este pesimismo inherente al nihilismo, esta psicoterapia no se convierte en un camino para el crecimiento humano, sino más bien en un lugar donde las ideas nihilistas se implementarán dentro de la práctica clínica. Y, con eso, el paciente que entra con esperanza se va un poco más desesperanzado con su propia vida.

La implicación terapéutica del hedonismo, en cambio, es situar la búsqueda del placer como solución en la vida humana. Frases como "lo importante es lo que te hace feliz" o "lo importante es que busques lo que te da placer" se convierten en herramientas para la práctica hedonista de la psicoterapia. Este placer dentro del hedonismo se centra especialmente en los placeres corporales, algo que para santo Tomás *es imposible que la felicidad humana consista en placeres corporales*<sup>10</sup>. Los pacientes con crisis o perdidos son guiados a tener una vida de placer y engañados, piensan que la felicidad y el placer son sinónimos. Esta psicoterapia hedonista no sabe lo que es la felicidad, y no sabe lo que es el placer ordenado. Sin embargo, convive con estas dos palabras de manera práctica dentro de la consulta, pero, de hecho, anima al paciente a entrar, hasta cierto punto, en la adicción de buscar el placer a toda costa.

---

<sup>10</sup> Summa contra los gentiles, III, c. 27 [2093].

Ahí radica el drama del hedonismo dentro de la psicoterapia, porque el paciente obedecerá a este profesional, buscará una vida de placer y, tarde o temprano, caerá en una profunda tristeza. Precisamente porque no fue orientado dentro de la psicoterapia sobre el ordenamiento del placer. El placer no es malo en sí mismo, pero es necesario que se entienda correctamente para que la persona no sea esclava del placer<sup>11</sup>. Y tampoco sabe lo que es la felicidad, y así, lo que ocurre es que el paciente sale peor de lo que entró en la terapia.

El materialismo en una práctica psicoterapéutica que disminuirá o eliminará la mirada del paciente sobre las cosas inmateriales. En esta perspectiva, la finalidad, ya sea directa o indirecta, es quitar al paciente la capacidad de reconocer y buscar lo trascendente. Dentro de esta psicoterapia, los pacientes sufren un verdadero ataque, porque los profesionales, empapados de este "materialismo psicoterapéutico", desprecian los valores profundos que estos pacientes quieren preservar y desarrollar cuando buscan un psicólogo<sup>12</sup>. Esta perspectiva impide al hombre perfeccionarse a través de las virtudes y encontrar sentido a su vida. La "psicoterapia materialista" hace que el hombre valore solo lo que es material y visible, ignorando la dimensión trascendental. Sin esta dimensión, el hombre no encontrará la paz, porque hay en él un *deseo metafísico*, un deseo de algo más allá de lo físico. Se sentirá incompleto.

El relativismo, el hedonismo, el materialismo y el nihilismo no pertenecen a una línea teórica específica de la psicología moderna, pero están presentes en muchas de sus teorías. Estas filosofías permean la formación de los psicólogos, influyendo en su visión del mundo. Por lo tanto, la psicología moderna no es exclusivamente materialista o hedonista, sino una combinación de hedonismo, nihilismo, relativismo y materialismo, apoyada por los principales pensadores de la psicología y la filosofía moderna, que impacta en la práctica psicoterapéutica.

Frente a las filosofías que desordenan al hombre, surge la urgente necesidad de una psicoterapia realmente sana. Así, surge la necesidad de una psicoterapia tomista para el mundo contemporáneo. Santo Tomás de Aquino desarrolló una psicología en sus escritos. *Esta actividad, correspondiente a lo que hoy se llama psicología, fue desarrollada de manera eminente, aunque ciertamente distinta en su contexto, modalidad, resultados y objetivos, por*

---

<sup>11</sup> Mondin, Battista. *Diccionario enciclopédico del pensamiento de Santo Tomás de Aquino*. Ediciones Loyola. São Paulo. 2023. p. 545. *Santo Tomás no pretende excluir el placer de la vida humana, sino que reconoce abiertamente que hay placeres que la misma naturaleza humana ha previsto para el hombre para el desarrollo de ciertas actividades indispensables para la vida humana.*

<sup>12</sup> En este sentido, muchos cristianos se enfrentan a serias dificultades cuando quieren buscar terapia.

*santo Tomás de Aquino, en su dimensión "humanística"*<sup>13</sup>. Frente a esta necesidad, es crucial definir los objetivos de una psicoterapia tomista para ayudar al hombre moderno. La base filosófica, antropológica y teológica de santo Tomás es robusta y verdadera. Así, pensar en los objetivos de una psicoterapia basada en estos principios es imprescindible hoy en día. Un psicólogo con esta base tomista puede seguir los cinco objetivos, a continuación, para ayudar a sus pacientes.

a) **Psicorreeducación.** *Hay una necesidad pedagógica en la psicoterapia tomista. Esto significa que el paciente necesita necesariamente ser guiado para poder desarrollarse*<sup>14</sup>. La psicorreeducación, como primer objetivo de la psicoterapia tomista, es fundamental para el desarrollo personal y la salud mental, abordando las raíces de muchos problemas psicológicos y conductuales actuales. En primer lugar, corrige la mala educación, abordando las deficiencias de valores y principios fundamentales que muchas personas no han recibido en su formación educativa y moral. Además, promueve la responsabilidad propia<sup>15</sup> al alentar a las personas a asumir la responsabilidad de sus acciones y crecimiento personal, en lugar de culpar a los demás o a las circunstancias. La psicorreeducación también considera el pasado pedagógico<sup>16</sup>, ayudando a los individuos a comprender y aprender de sus experiencias pasadas, permitiendo la construcción de un futuro más ordenado y saludable precisamente porque *la acción prudente requiere la memoria de muchas cosas*<sup>17</sup>. Además, hace hincapié en la *correcta definición de los términos*<sup>18</sup> para promover una comunicación clara y eficaz, esencial para las relaciones sanas y la resolución de conflictos. En definitiva, ofrece una dinámica estructurada para restablecer el orden y el camino hacia la virtud, proporcionando las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos contemporáneos de manera eficaz y saludable, contribuyendo a una sociedad más justa y armónica.

---

<sup>13</sup> Andereggen, Ignacio. *Antropología profunda: El hombre ante Dios según santo Tomás y el pensamiento moderno*. Buenos Aires: Educa, 2008. p. 353.

<sup>14</sup> Abreu, Rafael de. *Introdução à Psicoterapia Tomista [Introducción a la Psicoterapia Tomista]*. Osasco: Editora Domine, 2023. p 21.

<sup>15</sup> *Ibíd.* p. 25. *Hay una reeducación necesariamente insertada en el proceso terapéutico y, en consecuencia, en el desarrollo del paciente. Reeducación que necesita del paciente participando de este proceso. Por eso es importante la autorresponsabilidad, porque es precisamente a través de ella que el paciente aprenderá a tomar su propia vida en sus manos para comenzar a ordenarla. Para la psicoterapia tomista, la dirección de la vida es competencia de la persona.*

<sup>16</sup> *Ibíd.* p. 28. *En la psicoterapia tomista, ninguna persona debe vivir en el pasado, ya sea que ese pasado sea muy bueno o muy malo. El pasado es un lugar en el que el profesional ayudará al paciente a mirar pedagógicamente para entrar en el camino del ordenamiento.*

<sup>17</sup> S.T. II-II, q. 49, a.1.

<sup>18</sup> Abreu, Rafael de. *Introdução à Psicoterapia Tomista*. Osasco: Editora Domine, 2023. p. 32. *Para la psicoterapia tomista es fundamental que el paciente sepa definir de forma ordenada lo que está expresando. Frente a una mala definición, un paciente piensa mal, siente mal y actúa mal.*

b) **Encontrar y ordenar las pasiones<sup>19</sup> desordenadas.** El segundo objetivo de la psicoterapia tomista, que es encontrar y ordenar las pasiones desordenadas, es esencial para una psicoterapia que tiene como objetivo ayudar al paciente. En una época marcada por la agitación emocional y las crisis de identidad, es esencial saber identificar las emociones desordenadas como la ansiedad, la ira y la depresión. *En la psicoterapia tomista, las pasiones son una parte natural y necesaria de la experiencia humana, y no deben ser negadas. Sin embargo, es importante que las pasiones sean moderadas por la razón, para que no conduzcan a comportamientos excesivos o perjudiciales, lo que resulta en el debilitamiento de la voluntad<sup>20</sup>.*

c) **Situar la inteligencia en el centro de la personalidad.** Este objetivo busca promover una mirada realista y objetiva de la vida, especialmente relevante en los tiempos modernos donde las emociones y las subjetividades<sup>21</sup> muchas veces prevalecen. Este abordaje permite al paciente ver la realidad con claridad, combatiendo el relativismo y las distorsiones de la verdad. Además, al ordenar las emociones y pasiones bajo la guía de la inteligencia, se promueve una salud mental y emocional ordenada, permitiendo elecciones más prudentes y saludables. Situar la inteligencia en el centro de la personalidad también ayuda a trascender la inmediatez y el hedonismo, habituales en la sociedad actual. Esto facilita la formación de relaciones auténticas y la búsqueda de un bien mayor, promoviendo una vida más significativa y profunda. Además, la inteligencia que fortalece la voluntad permite al individuo elegir consistentemente el bien fortaleciendo el carácter. Es la inteligencia la que *permite al hombre llegar a conocer a los individuos y, sobre todo, a las personas, más allá de su utilidad<sup>22</sup>.* De esta manera, ayuda a los pacientes a obtener un mejor control de sí mismos, es decir, a asegurar que la inteligencia y la voluntad mantengan su control natural sobre los sentidos.

d) **Saber lidiar con la felicidad y el dolor.** La psicoterapia tomista tiene como cuarto objetivo enseñar al paciente a lidiar con la felicidad y el dolor, esenciales para el equilibrio emocional en los tiempos modernos. El hombre tiene un apetito por la felicidad, y este *apetito por la felicidad es innato, y la felicidad es necesariamente querida como el fin último*

---

<sup>19</sup> Ibid. p. 43. *En el sentido psicológico, las pasiones serían modificaciones psicosomáticas del apetito sensitivo ante la influencia del conocimiento sensible de un determinado objeto.*

<sup>20</sup> Ibid. p. 48.

<sup>21</sup> Ibid. p. 63. *La psicoterapia tomista no excluye la subjetividad humana, pero comprende que el énfasis excesivo en ella genera, en algún grado, un alejamiento de la persona de la realidad. Esto se debe a que atraparía al paciente en la creencia de que solo lo que importa es su propia subjetividad, y con ello, la subjetividad del sujeto sería confundida con la verdad absoluta y universal.*

<sup>22</sup> Echavarría, Martín F. *La praxis de la Psicología y sus niveles epistemológicos según santo Tomás de Aquino.* - Río de Janeiro: ED. CDB, 2022. p. 151.

*por todo hombre*<sup>23</sup>. Ella enfatiza la aceptación de la realidad de la vida, reconociendo que los momentos de alegría y sufrimiento son inevitables. Esta comprensión es fundamental para una existencia sana y realista. *Es esencial mostrarle al paciente que necesita ordenarse a sí mismo para experimentar la felicidad posible aquí, pero al mismo tiempo necesita entender que aquí no hay una felicidad perfecta*<sup>24</sup>. Dado que la felicidad aquí no es permanente, la vida humana inevitablemente se enfrentará a situaciones que pueden ser desagradables hasta cierto punto. *Así como el hombre debe ser llamado a saber lidiar con la felicidad, también está llamado a lidiar con el dolor*<sup>25</sup>. De esta manera, la psicoterapia debe ser un lugar para ordenar la relación con la felicidad y el dolor.

e) **Desarrollo de las virtudes.** El desarrollo de las virtudes en la psicoterapia tomista es crucial para el crecimiento personal del paciente. Las virtudes, como la prudencia, la justicia, la fortaleza y la templanza, moldean el carácter, promueven la salud mental y emocional y ayudan a combatir las adicciones. Se utiliza para combatir los defectos dominantes y ajustar el comportamiento del paciente, promoviendo una personalidad cada vez más recta. *La virtud convierte en bueno a quien la tiene, así como las obras que practica*<sup>26</sup>. En la psicoterapia tomista, las virtudes son vistas como la mejora de la persona y sus actitudes. *Las virtudes serían el camino concreto para una transformación humana*<sup>27</sup>.

La psicoterapia tomista camina con un objetivo claro: hacer mejores a las personas. Esto implica entender que solo tendremos una gran sociedad, familias ordenadas y un mejor lugar para convivir con mejores personas. Por lo tanto, esta psicoterapia pretende ser una ayuda. Así, todos los objetivos descritos anteriormente tienen el mismo propósito de mejorar a la persona. En esta conmemoración de los 750 años de la muerte de santo Tomás, el conocimiento de santo Tomás para nuestros días se muestra con relevancia, más que nunca, y también muestra la relevancia de santo Tomás para la psicología, no solo una psicología teórica, sino sobre todo una psicología práctica.

---

<sup>23</sup> Ibid. p. 120.

<sup>24</sup> Abreu, Rafael de. *Introdução à Psicoterapia Tomista* Osasco: Editora Domine, 2023. p. 82.

<sup>25</sup> Ibid. p. 85.

<sup>26</sup> S.T. -II, q. 55, a. 3.

<sup>27</sup> Marchesini, Roberto. *Aristóteles, santo Tomás de Aquino y la psicología clínica*. D'ettori Editori. Italia 2015. p. 121. *Nuestras acciones determinan nuestro carácter. No podemos cambiar nuestra esencia, pero si nuestros hábitos (virtudes y vicios): «realizando acciones justas nos volvemos justos, acciones templadas seremos templados, acciones valientes seremos valientes» (Ética Nicomáquea, II, 1, 1103b). Esta es una doctrina en clara oposición al determinismo de la psiquiatría y del psicoanálisis positivista. El hombre, según Aristóteles y santo Tomás, tiene la posibilidad de decidir, dentro de ciertos límites, quién es. El hombre es, por lo tanto, activo, no pasivo, en relación con sus características psicológicas. Esto implica la posibilidad de cambio clínico.*

## RESUMEN

Hoy en día, cada vez más personas buscan psicoterapia. Sin embargo, no toda la psicoterapia logra verdaderamente ayudar a quien lo necesita. En el contexto contemporáneo, marcado por cambios tecnológicos extremos, intensas presiones sociales y una desconexión con valores profundos y duraderos, se convierte en un vector de una vida desordenada que perjudica a uno mismo, a los demás y a la sociedad. Muchas personas buscan psicoterapia y terminan saliendo peor de lo que entraron. Lo cierto es que muchos profesionales de la psicología, quizás sin darse cuenta, se relacionan con una psicología impregnada de filosofías materialistas, hedonistas, relativistas y nihilistas, lo que influye directamente en su práctica clínica y en su visión del ser humano. La necesidad de una psicoterapia saludable para el mundo actual es cada vez más evidente. La respuesta para promover una vida saludable en el mundo actual radica en una psicoterapia basada en una verdadera filosofía, que pueda ver al ser humano en toda su complejidad, valorar su naturaleza y guiarlo hacia la superación personal. Este es el papel de la psicoterapia tomista, que tiene cinco objetivos muy claros, todos dirigidos a un mismo fin: mejorar al ser humano para que pueda ser aquello para lo que nació.

## CURRÍCULO

Rafael de Abreu nació en Río de Janeiro, Brasil, en 1990. Licenciado en Psicología (2014), con especialización en Pensamiento Tomista por la Universidad de Ufata, cuenta con un posgrado en Psicología Clínica y una maestría en Estudios Humanísticos y Sociales de la Universidad Abat Oliba, en Barcelona, España. Con más de una década de experiencia clínica, Rafael es cofundador, profesor y presidente del Instituto de Psicología Tomista en Brasil, así como autor de dos libros: "Introducción a la Psicoterapia Tomista" (2023) y "Prácticas en Psicoterapia Tomista, Volumen 1" (2024).

rafael.deabreu@institutopsicologiatomista.com.br