

SERIE

cuadernos de PSICOLOGÍA y PSICOPEDAGOGÍA

PSICOTERAPIA: ¿CAMBIAR O SOLUCIONAR PROBLEMAS?

LA INTIMIDAD CURATIVA

Guillermo Spinelli



20



Esta obra está bajo una licencia internacional Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0.

Cómo citar el documento:

Spinelli, G. (2026). Psicoterapia: ¿Cambiar o solucionar problemas? La intimidad curativa. *Serie Cuadernos de Psicología y Psicopedagogía*; 20. Pontificia Universidad Católica Argentina, Facultad Teresa de Ávila. <https://doi.org/10.46553/2718-7454.20>

Spinelli, G. (2026). Psicoterapia: ¿Cambiar o solucionar problemas? La intimidad curativa. SERIE Cuadernos de PSICOLOGÍA Y PSICOPEDAGOGÍA N°20.

Edición por Departamento Humanidades, Facultad Teresa de Ávila, UCA Paraná. Buenos Aires 239

Editor General Dr. Lucas Marcelo Rodriguez

ISSN 2718-7454

Disponible en: <https://doi.org/10.46553/2718-7454.20>

Los capítulos publicados son responsabilidad de los autores y no comprometen la opinión de la Universidad Católica Argentina.

Todas las publicaciones de la serie Cuadernos de Psicología y Psicopedagogía se encuentran disponibles en el repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica Argentina, accesible en el siguiente enlace: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/10835>

Dedicatoria

- A mi hijita Trinidad, que en este momento -mientras escribo- duerme en la alfombra del escritorio, 'enojada' conmigo por haberla 'obligado' a tomar su siesta.
- A Floreal, Sol, Clara, Guadalupe y José: retoños de retoños, que asomaron hace tan poco.
- A Isabel, Rosario, Teresita, Carmen, Francisco, Pedro, Juan y Santiago, por todas las historias lindas y por todo el tiempo juntos. Y por toda la vida.

Agradecimientos

- Al Lic. Alberto Fariña Videla, por su cercanía, su testimonio, su presencia, su corazón y su generosidad de maestro.
- Al Lic. Marcelo Tazedjian, quien tuvo a bien “entenderse” con el libro todavía en ciernes, aportando sugerencias, correcciones y discutiendo criterios con apertura y disponibilidad.
- A la Sra. Graciela Saravia, por su colaboración en las sucesivas “pre-impresiones” que llevó este libro, hasta ver la luz.
- Al equipo de Profesionales del Centro San Agustín, con quienes hemos podido compartir muchos años de trabajo, de estudio, seguimientos y aprendizaje, brindando servicios a pacientes de todas las edades y a sus familias.
- A mis pacientes que –sin saberlo ellos- han iluminado mucho (sino, todo) lo que se encuentra en este libro y, en confiada apertura, han permitido que me asome a la riqueza de sus vidas. Me han ayudado a cambiar y a aprender mucho. En la esperanza de haber colaborado con ellos.
- En memoria de Jorge Lerner.

INDICE

	Autor	6
	Prólogo	8
1	Tenga una visión abierta	1
2	Tenga una visión realista	16
3	Mire con simpleza	19
4	Variaciones sobre “el Arquetipo del Redentor”	21
	a. Qué cosa sea “el Arquetipo”	21
	b. El Arquetipo desde el lugar del Terapeuta	23
	c. Arquetipo desde el lugar del Paciente	25
5	Qué hacer con el Dolor en el consultorio	28
6	Variaciones sobre el Diagnóstico	32
	a. Necesidad del diagnóstico	32
	b. Ambigüedad del diagnóstico	33
	c. Sea cuidadoso con los diagnósticos, sobre todo, con los pacientes	34
7	Sobre la Voluntad de Ser	36
8	Sobre la “planificación de la vida”.	37
9	Dos viajeros que necesitan ayuda	41
10	Querer y ser queridos: pacientes y terapeutas	42
11	Poniéndose en el lugar del otro	45
12	Mirar la totalidad	47
13	Es preferible el riego a la poda	48
14	Cuidado con lo que no pasa	50
15	Sobre los errores (y sobre aquellas cosas que no lo son tanto)	51
	a. Errare humanum est	51
	b. Sobre aquellas cosas que no lo son tanto	53
16	Elogio de la incoherencia	54
17	Deseo apagado y falta de pasión	56
18	Psicoeducación: la importancia de educar la afectividad (Tres mitos).	66
	a. La “loca” de la casa	68
	b. Tres mitos	69
	c. Como se educa la afectividad	71
19	El narcisismo como obstáculo y oportunidad	72
20	Cinco tesis acerca de la noción de madurez	81
21	El mal en la psicología y la psicoterapia	87
22	Sea más paciente que el paciente: no pelee donde está la resistencia	103
23	Variaciones sobre “yo se lo dije”: huya de su narcisismo	104

24	Sobre las “fuentes de abastecimiento” y los “beneficios secundarios	107
25	Sobre la estrategia de aproximación indirecta	109
26	Los escrúpulos: sus orígenes, consecuencias y algunas terapéuticas	110
27	Las “memorias del futuro”	130
28	Evolución probable de los tratamientos y los procesos de mejora	132
29	Los planteos “binarios”	133
30	Sobre las “maniobras de distracción”	135
31	El destino de la angustia	136
32	Lacan y el “punto de almohadillado”. La duración de las sesiones	140
33	Resultados vs procesos	143
34	Sea magnánimo	148
35	Elogio del desequilibrio	149
36	Pregunte	151
37	Traduzca en sus términos lo que el paciente le dice	151
	A modo de epílogo y fundamentos	153

AUTOR



Guillermo Claudio Spinelli

- Licenciado en Psicología (Universidad de Belgrano, Ciudad de Buenos Aires, Argentina).
- Especialista en Psicología Clínica (Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino, UNSTA, Argentina).
- Cargos que ha desempeñado:
 - Secretario Académico de la Facultad de Psicología de la Universidad del Salvador,
 - Director de la Licenciatura en Gestión de Recursos Humanos en la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Católica de La Plata (UCALP, Argentina),
 - Miembro del Consejo Académico de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales y de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad Católica de La Plata.
 - Docente en Universidad del Salvador, Universidad Católica de La Plata, Universidad de Belgrano y en la Universidad Nacional de La Matanza.

- En la actualidad, es Presidente de la Asociación Civil de la Trinidad (IGJ, 1570) y miembro de la Fundación Arché (Atención Psicológica - Formación, Estudios e Investigación - Acciones Sociales).

Correo electrónico: spinelli.thomsen@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-1117-5523/print>

PRÓLOGO

Las páginas que siguen están destinadas a aquellos terapeutas que trabajan para que la vida de sus pacientes *cambie*.

Y dedicado –por medio de esos terapeutas- a aquellos pacientes que en medio de tantas tentaciones en contrario, quieren cambiar y se arriesgan a ello.

El fondo sobre el que descansan la mayoría de las páginas que siguen tiene que ver con ese deseo y esa búsqueda del cambio, a veces paradójica y fuertemente enfrentada con el deseo de “solucionar los problemas” y de “funcionar bien”. Quiere ser una invitación a salir de “la zona de confort”, en la que comúnmente pueden y suelen encontrarse algunos terapeutas y algunos pacientes.

Y esta presentación tiene todo que ver, en verdad, con una celebración y con una crisis. Con la celebración de mis muchos años de vida profesional, con la alegría de dedicarme a lo que una vez elegí, con la fortuna de poder vivir más o menos dignamente realizando lo que me gusta, con la gracia de poder servir al otro.

Y con una crisis en mi vida profesional y personal y con aquellas personas - hay muchos pacientes entre ellas- que cuando yo quería quedarme instalado, no dejaron que me conformara y configurara según un ‘buen funcionamiento’, no me permitieron ser ‘plenamente operativo’ y se resistieron a que yo me ‘adaptara’: quisieron, pusieron, pidieron, me instaron (a veces sin saberlo) a ser siempre más, y a abandonar las comodidades de ‘una vida segura’. Me estimularon y me invitaron a ir más allá. El amor, mis hijos, mis hijas, algunos amigos, el tiempo y el paso de los años también han hecho lo suyo. Gracias a Dios.

Fue bueno y duro para mí, en un momento de mi vida profesional, descubrir que venía trabajando de ‘solucionador de problemas’. Y que en mi vida personal, estaba instalado en una modalidad de ‘buen funcionamiento’ (¡y no viene muy a cuento aquí si lo venía consiguiendo!).

En un principio, yo no había querido eso: yo no quería *solucionar los problemas* de la gente, sino que lo que yo quería era *cambiar el mundo*. Lejos de

toda megalomanía, tal vez quería cambiar el mundo como tantas otras personas de mi generación. O como tantos otros a lo largo de la historia. Así como lo veía, el mundo no estaba bien.

Y no se trataba de llevar adelante una suerte de “cosmética”, ni de ocuparnos solamente de lo que podíamos reconocer como “síntomas”: era toda una estructura y un modo de ser-en-el-mundo (para decirlo ‘heideggerianamente’) el que era necesario afrontar y cambiar.

En mi caso, ese cambio suponía –claro-, cambiar también yo. En lo concreto eso significaba (y significa) salir de la zona de lo conocido, de los círculos viciosos y también de los supuestamente virtuosos, de lo ya sabido, del sendero ya transitado: ir más allá, más adentro, más arriba. Crecer a partir de los límites, de las fronteras. Siempre más. Luego (y mientras tanto) - casi como consecuencia- trabajar para que las personas *cambien*.

Pero de manera imperceptible, me volví pragmático. Y fui aprendiendo a conformarme con que las cosas ‘funcionaran’ y, en lo posible, con que las cosas ‘funcionaran bien’ o, al menos, de la mejor manera posible. Y eso no es de suyo malo. Pero una vida plenamente humana es otra cosa. Y me alegra seguir queriendo lo que quería cuando era joven. Y creo que ese querer y esa alegría, son un regalo. Por lo pronto, así los vivo.

De mi etapa de estudiante universitario guardo también el recuerdo de una perplejidad que me surgía en medio de numerosas clases de los más variados profesores: la causa del fracaso de los tratamientos siempre parecía residir en los pacientes.

Ya se tratase de suspensiones o de interrupciones definitivas, ya de avances que no se producían, o de cambios y metas que no se alcanzaban, tales límites, frustraciones o fracasos no parecían deberse a las acciones u omisiones, errores o desaciertos, desidias, faltas de formación o desinterés de los profesionales tratantes.

En la Facultad me han propuesto- fundamentalmente- una instrucción centrada en la “resistencia” de los pacientes: “la cultura de la resistencia de los pacientes a las bondades de los tratamientos y de sus terapeutas”.

Alguna vez, lo recuerdo bien, pregunté a un profesor cómo podía ser eso: cómo podía ser que los pacientes fueran casi invariablemente los causantes del fracaso de los tratamientos o de las dificultades en el avance de los mismos. Y si no habría responsabilidad por parte de los profesionales. O de sus metodologías, de sus técnicas, de sus posiciones teóricas, de sus enfoques o de sus encuadres generales, o de los supuestos antropológicos de los que partían.

Y también recuerdo la respuesta “gremial” del profesor de marras, que en verdad fue toda “una interpretación fuera de sesión”, no explicitada como tal: mi pregunta era una pregunta que escondía una crítica a la profesión, formulada por un “imberbe” y que por eso mismo podía serme disculpada.

Otro, de modo más sencillo, directamente se limitó a interpretar mi pregunta (también “fuera de sesión”) como una “resistencia”.

Pero la Facultad que, entre otras cosas, me propuso en sus líneas generales esa instrucción, me abrió también muchas ventanas a las que asomarme y –sobre todo- me dio un maestro. A esta altura de mi vida, ya no tengo claro, ni me importa mayormente tener claro, que cosas son -digámoslo así-, aprendizajes que le debo a él y cuáles pude realizar yo por mi cuenta, si es que hice alguno.

En todo caso, y más allá de todo, mi maestro transmitió y compartió conmigo muchas cosas que yo continúo tratando de vivir y transmitir: algunas de ellas son el gusto por la vida, el cariño por la profesión, la apertura, la magnanimidad, la vivencia dramática de los límites personales. Y según pasan los años –y ya han pasado unos cuantos- cada vez descubro más riqueza. Y me vuelvo, también, más agradecido.

Estas páginas también tienen la pretensión de llenar un vacío habitual en nuestra formación universitaria.

Formación fundamentalmente teórica, fuertemente dissociada de la práctica¹, con la mira particular y casi exclusivamente puesta en el paciente (bajo la forma de sus eventuales psicopatologías), y no en el terapeuta; o en las metodologías y

¹ Parece justo reconocer aquí que esto no es sólo un problema de la carrera de Psicología: otras disciplinas universitarias parecen padecer similar divorcio.

las técnicas, pero no en el metodólogo y en el técnico que las aplica y ejecuta. En la tela, en los pinceles, en los colores y en la luz, si se quiere, y no en el pintor: que es quién pinta.

Pero no pretende –este libro- ser un libro de recetas, como si dijésemos: “así se hace psicoterapia”. Mucho menos una novela.

Sí quiere ser, en cambio, una suerte de relato –con algunas puntualizaciones y en un lenguaje que se pretende sencillo- de lo recogido en la experiencia tras varios años de actividad profesional, atendiendo pacientes. En tal sentido, es una invitación al diálogo, a compartir experiencias, pareceres y criterios.

Esto último, ciertamente, es una necesidad: tanto en el orden particular o individual, cuanto en el más amplio horizonte sanitarista de la salud mental. “*La Argentina es el país con mayor proporción de psicólogos de todo el mundo*”. Así podía leerse en un interesante artículo de la Prof. Susana Levantini², de hace ya varios años.

Según el trabajo, en nuestro país –y atendiendo a investigaciones que desde hace casi dos décadas lleva adelante el Lic. Modesto Alonso- ya en 2012 había “*202 psicólogos por cada 100.000 habitantes. Esto arroja un total de 81.000, de los cuales el 46% está en Buenos Aires*”. En los denominados ‘países desarrollados’ la proporción sería tres veces menor. Y diez años atrás, la cantidad de psicólogas y psicólogos egresados, colocaba a nuestro país “*en el primer puesto de la lista de 24 países relevados por el Atlas de la Organización Mundial de la Salud (OMS)*”. Por último -siempre según la OMS y con datos de 2017- en Argentina hay 82.776 psicólogos activos pero el acceso a terapias de salud mental es muy desigual.

Por lo tanto, y como decíamos, parece que el diálogo entre nosotros reviste un carácter no sólo enriquecedor en términos individuales sino que –más ampliamente- resulta una necesidad y una exigencia atentos al peso que tiene nuestra profesión en la sociedad.

² “Mejor y más atención de nuestra salud mental”, Debates, Diario Clarín, domingo 18 de Setiembre de 2016, pág. 47. La Profesora Levantini es Profesora de Psicología en la Facultad de Ciencias Biomédicas de la Universidad Austral.

En este sentido, parece que debemos agradecer a los tiempos críticos que corren una suerte de apaciguamiento de algunas pasiones que –aunque en el fondo sea expresión de una derrota no reconocida (y por lo tanto no asumida ni bien vivida)- permite que nos abramos al diálogo entre quienes nos dedicamos a la Psicología y ejercemos la Psicoterapia³.

En este libro, también será posible encontrar algunos desarrollos de naturaleza más teórica, si se quiere. Pero que se han originado en preguntas surgidas a partir de la práctica y pretenden –en todo caso- ser una reflexión acerca de ella.

En cuanto a los pacientes se refiere, los desarrollos y comentarios que seguirán están basados en pacientes con dificultades de un nivel medio o bajo. Y con posibilidades entre medias y altas de cambiar, de recuperarse, de continuar con su despliegue personal y su crecimiento.

No me anima, así mismo, una pretensión de originalidad. En los últimos tiempos sobre todo, muchos colegas han escrito libros relacionados con la psicoterapia: sea relatando aspectos de la práctica de la profesión o a partir de algunos tratamientos. O novelas donde la psicoterapia resulta un aspecto central. O han tomado participación en publicaciones de difusión masiva. Esto ha sido así en Argentina y en el mundo⁴.

Con todo, dos libros me han resultado especialmente inspiradores. Uno de ellos, debe su autoría a James Guy, psicólogo e investigador norteamericano, que desarrolla un extenso y fundado trabajo bajo el título: “La Vida Personal del Terapeuta”⁵.

³ Sobre este particular, nos extendemos en el punto 21 de esta obra y también le dedicaremos espacio llegada la hora del Epílogo y los Fundamentos.

⁴ En nuestro país, Miguel Espeche, Gabriel Rolón, Sergio Bucay, entre otros. Más lejos, Robert U. Akerett, “Historias de un terapeuta viajero”, Ed. Urano, 1996, Barcelona; “Intimidades de un psiquiatra”, David Viscott, Emece, Bs. As., 1974, entre otros destacados.

⁵ James Guy (2009). *La Vida Personal del Terapeuta – El impacto de la Práctica Clínica en las Emociones y Vivencias del Terapeuta*. Editorial Paidós (existen ediciones anteriores de la misma Editorial).

El otro texto, muy interesante y valioso –y que guarda, si se quiere, una relación de mayor centralidad con el que ahora proponemos nosotros- es del conocido psiquiatra y terapeuta norteamericano Irvin Yalom.

Muchos y mucho hemos disfrutado, aprendido y confrontado a partir de sus novelas y escritos. Sin embargo, es en “El Don de la Terapia”⁶ donde ofrece aquello que nos resultó inspirador de cara a nuestro trabajo, tanto en aspectos formales, como en cuanto se refiere a varios criterios.

En relación con esto último, Yalom propone un texto particularmente centrado en la práctica de la psicoterapia. Y en relación con aquellos aspectos formales con las diferencias del caso, nos servimos también de la modalidad expositiva que propone.

Como sea, recomendamos enfáticamente la lectura de ambos textos. No porque coincidamos con ellos en todos sus puntos, conclusiones o enfoques generales. Sino porque son expresivos de la experiencia recogida por dos colegas, que han sabido expresar de manera vivaz y concreta los avatares, las dificultades y las riquezas de este oficio apasionante. Con solo abrirlos, uno descubre que han sido escrito por personas que han investigado seriamente y que han estado muchas horas “sentados” (y activos), ejerciendo esta tarea.

Por último, digamos que este libro quiere ser un libro vivo: sus capítulos y sus puntos no guardan un orden necesariamente temático, “curricular” o “programático”. Ni tienen similar extensión ni parecida hondura en su desarrollo. He preferido que así fuese. Como si se tratase de un relato oral, que fue naciendo mientras escribía, con las riquezas que pueda tener y con las desprolijidades que seguramente guarda y que el lector sabrá disculpar.

“¿Cambiar o solucionar problemas?”. Ambas cosas pueden ser válidas, se me dirá, con razón. Pero este libro ha sido escrito en la esperanza de que suceda con él, lo que a mí me ha pasado con aquellos que mencioné anteriormente –y, a decir verdad, ¡con tantos otros!- vayamos, por fin, con nuestra propuesta.

⁶ Irvin Yalom (2007). *El Don de la Terapia*. Buenos Aires: Emecé Editores.

1. TENGA UNA VISION ABIERTA

Es conocido el mito del “buen salvaje” viviendo en un mundo armónico y paradisíaco, pero que se vio perjudicado por la “civilización” que habría pervertido esa naturaleza idílica (la suya propia y la que lo rodeaba), que era del todo buena. Del mismo modo, tal vez más conocidos (y quizás más numerosos) sean las figuras y los mitos trágicos, al estilo del que nos pinta la vida del pobre Sísifo una vez recibida su condena.

Como sea, descrea de ellos, tanto en su versión positivo-optimista cuanto en su versión negativo-trágica. Descrea del mito del buen salvaje, de su falso optimismo, del discurso de la “víctima inocente” padeciendo acciones de terceros, tanto como de la segura perdición y desesperanza de las visiones trágicas que -de manera coincidente- proclaman la inocencia de la víctima, o se afirman en una culpabilidad irredimible (al estilo del “Edipo”, bien que interpretado por Freud) en virtud de la cual operaría una suerte de “justicia” por mano propia, o ajena.

Mire con realismo las riquezas de su paciente (y las suyas) al igual que las miserias, límites y dificultades. Porque la historia no está escrita.

En el año 1967 Borges llegaba a la Universidad de Harvard para pronunciar una serie de conferencias. En una de ellas –todas son interesantes, enriquecedoras y volveremos a citarlo- dice nuestro escritor:

“Esto nos lleva a otra cuestión: ¿qué pensamos de la felicidad? ¿Qué pensamos de la derrota, de la victoria? Hoy, cuando la gente habla de un final feliz, lo considera una mera condescendencia hacia el público o un recurso comercial; lo consideran artificioso. Pero durante siglos los hombres fueron capaces de creer sinceramente en la felicidad y en la victoria, aunque sentían la imprescindible dignidad de la derrota.

Por ejemplo, cuando la gente escribía sobre el Vello de Oro (una de las historias más antiguas de la humanidad), oyentes y lectores sabían desde el principio que el tesoro sería hallado al final. Bien, hoy, si se emprende una aventura, sabemos que acabará en fracaso. Cuando leemos –y pienso en un ejemplo que admiro- ‘Los papeles de Aspern’, sabemos que los papeles nunca

*serán hallados. Cuando leemos 'El castillo' de Franz Kafka, sabemos que el hombre nunca entrará al castillo. Es decir, no podemos creer de verdad en la felicidad y en el triunfo. Y quizás esta sea una de las miserias de nuestro tiempo*⁷. Y es verdad: en el marco de la actual cultura dominante, nadie parece creer “en la felicidad y en el triunfo” ¿Era ésta, entonces, una creencia típica de la “ingenuidad” de muchos de nuestros antepasados, que durante siglos creyeron sinceramente en esa posibilidad? ¿Es, en definitiva, estúpida la posibilidad de confiar en ser felices, en amar y ser amados?

¿Son, entonces, expresiones de un anhelo, de una nostalgia, de un deseo sin sentido lo que late tantas veces en la angustia de los hombres? ¿Puede el dolor de una ruptura, de una pérdida ser entonces –y solamente- un testimonio de la nada? ¿Resultan efectivamente un engaño el encuentro en la mirada amorosa de nuestra pareja, o de nuestros hijos, de nuestros amigos?

Por otra parte, si lo que viene sucediendo continúa sin modificarse, sabemos que vamos a morir. Luego, el final “trágico”, parece asegurado. Pero, ¿es verdaderamente trágica la vida porque culmina en la muerte? ¿O se vuelve trágica la vida cuando no se consume en el amor? ¿La vida es para la muerte? ¿O la muerte es para la vida?

Mejor aún –y al revés de lo que quería Protágoras-, *el hombre no es la medida de todas las cosas*. Tanto es así que su propia vida, con sus dolores y sus gozos, lo rebasa, lo excede, y se le torna incomprensible.

Y es tan difícil soportar este hecho, que no pocos –tal vez con algún resentimiento fundado en un amor propio desordenado, típicamente narcisista- prefieren pontificar acerca de una vida sin sentido (porque no están dispuestos a aceptarla tal cual es) en vez de jugar la hipótesis de redimirla en el amor. De aquí, a la mitología trágica, no hay más que un paso.

No lo dude: esta dificultad para creer “en la felicidad y en el triunfo”, es una de las “miserias de nuestro tiempo”, como nos decía Borges. Y, efectivamente, es una miseria de nuestro tiempo, y no necesariamente una miseria humana.

⁷ Jorge Luis Borges (2001). *ARTE POETICA, Seis Conferencias*, Barcelona: Ed. Crítica, p. 67-68. Más adelante, volveremos a servirnos de este autor y de esta obra.

Porque por debajo del barniz cultural, por detrás de los discursos, en el fondo del corazón humano, si no reside la convicción (que pudo perderse o lastimarse), residen la esperanza y el deseo, a veces, bajo la forma de una pregunta: “¿Y si fuese cierto que es posible ser felices?”, y ser felices no en otro mundo, sino en este. Y serlo no sólo después de la muerte, sino aquí y ahora.

Aunque también, no pocas veces, se encuentra el miedo a ser felices. Porque esa felicidad, pide una entrega generosa, un abandono sin resquicios, una donación cada vez más plena, un descentramiento efectivo. No se puede ser feliz si se quiere tener “el control”.

La felicidad no es “un equilibrio” ni el resultado de un buen negocio en el que recibo ‘tanto’ porque doy ‘tanto’, sino un armónico desequilibrio –por así decirlo- en el que desde mi libertad pongo todo lo que soy, y lo recibo todo; en el que no tengo nada, pero todo me pertenece; no consiste en poseer, sino en ser poseído. Y todo esto lo sabe cualquier verdadero enamorado.

Por eso, **no se resigne a querer algo: mejor quiéralo todo.** Y esté dispuesto a poner todo lo suyo. No mate **el deseo**, ni procure ni sancione su muerte cuando cotidianamente lo observe **en sus pacientes**. No les cierre el camino con racionalizaciones tan lógicas como vitalmente improbables.

No se “limite” desde un falso “respeto”, desde un respeto meramente humano, “demasiado humano” –como diría Nietzsche-, o por partir desde premisas que *a priori* cierran el destino humano, o se autoexcluyen fundados en supuestas razones científicas o filosóficas. Déjese ser. Y deje que sus pacientes sean, “*Let it be*”.

2. TENGA UNA VISION REALISTA

Suponer como se sugería (o como sostenían años atrás algunos profesionales), que “las técnicas” son “neutrales”, no parece seguir siendo posible. Dicho muy sencillamente: cuando yo me sirvo y aplico gubias, clavos y serruchos, es cierto que no he dicho nada explícito acerca del objeto sobre el cual utilizo esos instrumentos. Pero todos entendemos que hay un supuesto y una definición

previa: el objeto es de madera. Y ciertamente será un problema grave si el objeto resulta que es de metal o de cristal ¿sería posible encuadrar toda una “mala praxis” y una eventual “iatrogenia”?

Tanto si usted es una terapeuta que da los primeros pasos en la vida profesional como si –con más razón aún- es un profesional formado y con varios años de consultorio sabe, por experiencia, que la “neutralidad” no es posible y que –por ello-, **no existe**. Y que esa “objetividad” que con tanto celo las facultades trataron de enseñarnos, nunca fue ni puede ser tal⁸.

La crisis de la racionalidad de la modernidad secularista y la crítica posmoderna, por otra parte, han puesto de manifiesto la pérdida del “status” tanto del “sujeto” cuanto del “objeto”, e insisten en ello.

Y eso es perfectamente coherente con (y desde) los puntos de partida de esa racionalidad, propia del iluminismo y –por supuesto- de la posmodernidad consecuente con ella, y de la pos-posmodernidad que estaríamos transitando según algunos estudiosos.

Sea en su *versión racionalista*, sea en su *versión empirista*, el proyecto cultural iluminista -que encontró su lema y su declaración de “autonomía” en unas palabras de Kant- está agotado.

Por lo tanto, en beneficio de sus pacientes, pero también en el suyo propio (o, si se quiere, en beneficio suyo que redundará en beneficio de sus pacientes), conviene que Ud. tenga una mirada honesta acerca de su posición teórica y /o de su punto de partida.

De suyo, ella le ofrece un punto de mira y una perspectiva del paisaje, orienta su mirada hacia determinados lugares y le indica cuáles serían importantes y cuáles no. Le ofrece además un intento de explicación de la realidad psicológica de su paciente, de su modo de funcionamiento, de su dinámica, y criterios para abordar esas cuestiones según la valoración que de ellas hacen las diferentes posiciones teóricas.

⁸ Respecto de la “neutralidad” y la “objetividad”, ver el desarrollo en el capítulo 21 del presente libro.

Y usted tiene derecho a delimitar su campo y su objeto. Pero no tiene derecho a declarar la inexistencia de otros campos, o a suponer que los campos vecinos son solamente –y quizás- una extensión aún no esclarecida o no explorada del suyo propio, ni a definir a priori que lo que por allí podría encontrar será, más o menos, “más de lo mismo” que encuentra en el suyo. No tiene derecho a cerrarse y a no considerar otras alternativas, otras miradas, otros enfoques.

La realidad es abundante y variopinta. No es bueno que solo “se maneje” con “la realidad” que Ud. puede “manejar”, realidad que – ¡sorprendentemente! – coincide con la definición que Ud. ha dado de ella. Queda mucha realidad “afuera” y “adentro”, que también tiene que ver con lo que pasa en la vida de su paciente, en su propia vida y, por supuesto, en el consultorio.

“Todo lo que es incomprendible, no deja por ello de ser”, dice Pascal en uno de sus conocidos “Pensamientos”⁹. Todo lo que es incomprendible para mí, o para usted, llegado el caso.

En otro, señala: *“El último paso de la razón consiste en reconocer que hay infinidad de cosas que la rebasan. Es más bien débil si no llega a comprenderlo”*¹⁰.

Y remarquemos un detalle, aunque resulte obvio: que haya cosas que “rebasen” mi razón, que superen mi entendimiento, no quiere decir que esas cosas sean **irracionales**. Sacar esa conclusión –típica del racionalismo iluminista- es como dar por probada la oscuridad sin reconocer que, previamente, he decidido cerrar los ojos.

Por lo tanto, no tema responder a quienes se han preguntado alguna vez si “es real la realidad” que, efectivamente, la realidad es real. Para ello, sólo tiene que apelar a su propia, elemental y no racionalista experiencia de vida.

Del mismo modo, no se enrede en los paradójicos e insuperables escollos a los que ha conducido esa racionalidad desencarnada, queriendo renunciar a la realidad pero apelando a un consenso de información y de conceptos que habría

⁹ “Pascal “Pensamientos”, 230-430bis. En OBRAS, Ed. Alfaguara, Madrid, 1981. Todas las citas de Pascal se toman de esta edición, siguiendo la numeración del Editor.

¹⁰ Op.cit., 188-267.

venido a ocupar su lugar (desde el supuesto de que aquella sería “indefinible”, o “incognoscible”, o el objeto de una “vana discusión entre filósofos”).

No es bueno –porque la vida no es así- que Ud. tenga el control asegurado, bajo la forma de intentos explicativos que tranquilizan por la vía de matar el deseo y reducir la realidad a la parcela que Ud. ve o que Ud. está dispuesto a aceptar.

Más que verse ubicado en la punta de un cono desde la cual percibe -en perspectiva- un haz de luz y la sombra que se proyecta, mejor imagínese que está flotando en el medio de un mar inmenso, de suyo inabarcable y del cual conoce más bien poco. Ello lo va a ayudar a ser humilde. Porque si Ud. no es humilde, le va a ser difícil ayudar a su paciente.

Cabe por cierto, y en este sentido, un ‘elogio de la ignorancia’. Así que no debemos preocuparnos de mala manera si no sabemos: es el estado natural más parecido al de la sabiduría. Porque nos pone en la situación y en la disposición necesaria del que está abierto y disponible, tiene que aprender y quiere hacerlo. A este respecto, no importa cuántos años de experiencia tengamos. Siempre será un buen signo que nunca dejemos de ser y de considerarnos aprendices.

3. MIRE CON SIMPLEZA

‘Soy vasto. Me contradigo a mí mismo. Contengo multitudes’, esta frase de Terencio, un libio nacido c.185 a.C., llevado a Roma como esclavo y luego liberado en razón de su notable talento perdure en el tiempo, tal vez sea un testimonio –justamente- del talento de Terencio y de la verdad que encierra. Sirvámonos un poco de ella.

En tanto que personas, no han sido diferentes Hitler, la Madre Teresa, Stalin, Bin Laden, Ghandi. Es más, no solo no han sido diferentes, sino que en cada uno de los nombrados han convivido los otros, bajo el modo de actitudes, impulsos, deseos, preguntas, etc. También para ellos, la historia no estaba escrita: ellos escribieron cada uno la suya.

Pero dicho lo anterior, digamos también lo que sigue: hasta donde le sea posible, *no compare a las personas*. Ni compare las grandezas, los sufrimientos y

las miserias de las que han sido capaces o que le han tocado en suerte. Tal vez pueda haber mucha más crueldad concentrada en un silencio, que en un homicidio.

Puede haber mucha más generosidad en quien comparte un pedazo de pan, que en quien dona una casa. Mucha más fuerza en la debilidad, que en la acometida. Mucha más hondura y verdad en el silencio, que en las palabras. Las almas sencillas y sensibles tienen gozos y padecimientos que otras personas tal vez no experimenten, ni entiendan fácilmente. Permanezca abierto. *Recuerde: Ud. no es la medida*¹¹.

Tampoco compre la visión “cuantitativa” del sufrimiento, del tiempo, del gozo, del mal, del amor. No crea que todo aquel que *hace* algo cruel, **es** “cruel”. Al revés, hay personas que no hacen nada particularmente cruel y, sin embargo, son “crudelísimas”. Del mismo modo, no pocas veces detrás de lo que asoma como un gran amor, uno puede descubrir un gran ego.

De todos modos, y como sea, huya de la sospecha continua, que descansa sobre un *a priori* de desconfianza y escepticismo no declarado. No sea “psicologista”. Lo primero no es la duda y la eventual pregunta. Lo primero es el asombro.

Déjese tomar por el otro. Hasta donde pueda. No empiece “filtrando” lo que ve: en principio, simplemente, vea.¹²

¹¹ En la interesante e inquietante novela “La Guerra Humana”, de Noah Cicero (Ed. Dakota, Buenos Aires, 2015), uno de los personajes dice así: “Lloré muchas veces durante el invierno. Pero eso no solucionó nada. Mis problemas seguían ahí. No eran grandes problemas. Pero eran grandes para mí. Odio cuando la gente minimiza los problemas de los otros. Los problemas son proporcionales al cerebro de la persona que los tiene”. (pág. 23).

¹² “La psicología y la psicopatología difícilmente se mantienen libres de valoraciones que son expresión de una concepción del mundo, pero la separación entre conocer y valorar debe estimularse por todo psicopatólogo. No es que se le deba rehusar como hombre el valorar, al contrario: pero juzgará tanto más veraz, clara y hondamente cuanto mejor haya conocido antes. Necesita una tranquila inmersión en los hechos de la vida del alma, sin tomar posición enseguida; debe poder aproximarse a los individuos libremente, con interés incondicionado y sin prejuizar. Esa separación del conocer y del valorar es en verdad fácilmente comprensible en principio, pero exige en la realización una medida tan alta de autocrítica y de objetividad que está todavía lejos de ser algo espontáneo y

O sea: ocúpese del paciente que tiene en su consultorio como si fuese el único paciente del mundo. Todo en él es nuevo, todo en él puede ser sorprendente. Pero mejor dejemos que sea Oscar Wilde quien diga lo que nosotros queremos decir: *“Cristo no soportaba los tristes sistemas mecánicos inanimados, que consideran a los hombres como objetos, y a todos los tratan así; para El no existían leyes, sino simplemente excepciones, ¡cómo si todo ser o toda cosa no tuviera, realmente, nada que se le semejara en el mundo!”*¹³.

4. VARIACIONES SOBRE EL “ARQUETIPO DEL REDENTOR” ¹⁴

a. Que cosa sea el Arquetipo

Parece ser, contra la opinión –entre otros- de Jean Paul Sartre¹⁵, que la salvación siempre nos viene de otro y tiene la forma de un encuentro personal. Y que el infierno consiste –entre otras cosas y si así se nos permite- en estar encerrado en uno mismo, en una suerte de soledad poblada de discordias. Y que en todos los casos, la experiencia de los “infiernos” que solemos procurarnos para nosotros -o proveernos los unos a los otros-, son un poderoso testimonio del insatisfecho y perpetuo llamado amoroso, de nuestra necesidad de encontrarnos y de nuestro común deseo y necesidad de ser salvos.

Portador al mismo tiempo de la inmanencia y de la trascendencia, el corazón del hombre sugiere una imagen parecida al doble rostro de Jano: “Una cara en nosotros se siente siempre enemiga de la otra”¹⁶.

natural”. Karl Jaspers (1951). *Psicopatología General*. Buenos Aires: Ediciones Betha, p. 32.

¹³ “Epístola In Carcere” – “De Profundis” – Ed. Aguilar, 1991 (1943). Pág. 1227.

¹⁴ Este punto merece un desarrollo más extendido que el que proponemos en este momento. Para ampliar sobre el particular, junto con las citas que iremos haciendo, recomendamos al lector el libro “ESCANDALO Y LOCURA. Psicoterapia y Filialidad Divina” de Alberto Fariña Videla, Grupo Editor Latinoamericano, Bs.As., 2009. Volveremos a citar esta obra más adelante.

¹⁵ Ver, entre otros escritos del mismo autor, “A Puerta Cerrada”, Ed. Losada, Biblioteca Clásica y Contemporánea Clásica, Buenos Aires, 2005.

¹⁶ Igor Caruso, “Bios, Psique, Persona”. Pág. 260, Ed. Gredos, Madrid. Sugerimos ahondar lo propuesto por el autor en esta obra y en “Análisis Psíquico y Síntesis Existencial”, Ed. Herder, Barcelona. Con todo, también San Agustín -en sus

Así, la vida psíquica y la salud, se juegan en esta lucha interior: entre la tragedia posible, la nostalgia de un paraíso perdido, la esperanza de la redención y el deseo irrefrenable inscriptos en nuestro <corazón>. Lo que no está escrito, obviamente, es el destino. Cada día, elegimos uno y vamos procurando darle forma y alcanzarlo. Cada día.

Con todo, conviene remarquemos que “la liberación de la prisión narcisista solo puede ser completada por medio del tú”¹⁷. Y que “el completo desarrollo de la vida humana marcha en la dirección de la liberación que se consigue cuando se renuncia a los derechos del yo, por amor a alguien”¹⁸.

Por ello, si por un lado debemos fortalecer a un yo debilitado o amenazado, por otro “debemos también aprender a superar el yo, y esto sucede únicamente cuando se encuentra una unidad cada vez mayor con un tú. La mera *técnica* de la propia realización, sin que se aspire a la unión con una esencia transubjetiva, conduce a un fortalecimiento del yo que lleva en sí mismo cada vez más signos narcisistas”¹⁹.

Como una sed inextinguible, ese deseo de otro –y, en definitiva, ese Deseo de Otro-, se encuentra marcado a fuego en el <corazón>, de los pacientes y de los terapeutas. E interviene de manera continua, decisiva e incisiva en todos y cada uno de nuestros actos. En todos y en cada uno. Y con independencia de la manera en que nos posicionemos frente a ello.

“Freud –leemos- ha sentido rectamente que el núcleo de la tragedia humana está en el corazón de la persona, en aquello que Freud ha cosificado bajo el término “yo”, en aquello que Jung consideraba todavía inmanente bajo la denominación de “sí mismo”. Este <corazón> de la persona humana es el portador al mismo tiempo de la inmanencia y de la trascendencia humana”²⁰.

conocidas “Confesiones” (L. VIII, 12, 28). BAC, Madrid, 1979), ya expresa algo similar: “Tal era la contienda que había en mi corazón, de mí mismo, contra mí mismo”.

¹⁷ Ídem.

¹⁸ Ídem.

¹⁹ Ídem, pág. 261.

²⁰ Ídem, pág. 259.

Como si se tratase de “razones seminales” –de sabor platónico y luego agustiniano- nuestro <corazón>, **sabe**. Aunque puede ser que no sepa que sabe, o que no sepa bien qué es lo que sabe. Y eso puede que suceda así, hasta que encuentra.

Y porque sabe, lleno de deseo, de ambivalencia, de certezas y de incertidumbre, tiende a ello. Y no puede no tener en cada acto concreto sino esta referencia: sea para aceptarla, o para rechazarla. En ello, como dijimos, se juega su destino. Y se juega una y otra vez, hasta la última vez.

Y así como Jung nos ha ilustrado con sus estudios acerca del tema, también Caruso sugiere esta figura del “arquetipo del Redentor” presente, claro –y como dijimos- tanto en el paciente como en el terapeuta.

A quienes nos dedicamos a servir al otro nos puede resultar difícil explicar desde algún otro lugar –en primera y en última instancia- porqué los pacientes nos piden ayuda y porque nosotros nos disponemos a servirles. La dinámica misma de la necesidad y de la ayuda²¹, en la que nos vemos implicados los unos y los otros, pone en evidencia lo que venimos señalando.

b. El Arquetipo desde el lugar del terapeuta

Planteada la dinámica de la necesidad y de la ayuda, y al margen de todo eventual narcisismo o de cierta ridícula omnipotencia, ese pedido del que nos hacemos cargo explica en buena medida porqué, en la experiencia de muchos terapeutas, resuenan –junto con otros- los ecos de algunas frustraciones: el de la sensación de no poder hacer nada, o la de no poder hacer mucho. La de desear el cambio en la vida de algunos pacientes, junto con el paciente, y que ese cambio no se alcance.

Especialmente podemos tener ecos en aquellas experiencias en las cuales el sufrimiento muestra sus facetas más dolorosas y terribles: la enfermedades que se extienden en el tiempo, la muerte de los hijos o el dolor devastador que causa la mentira en los corazones íntegros; la violencia que parece inextinguible o las

²¹ Ver “Necesidad y Ayuda” en el texto *“Imago Hominis, Contribuciones a una antropología de la personalidad”* de Viktor Emil von Gebattel (1969), Ed. Gredos.

vanas luchas de muchos contra la realidad de los hechos; los círculos viciosos en los que una vida entera parece encerrada, las tragedias familiares que se reiteran, los amores que no se consuman.

La lista podría ser interminable, sobre todo si no son meros ejemplos y uno la refiere a personas concretas, a sus vidas concretas, a vínculos concretos. Y creo que cualquiera que haya estado varios años escuchando la vida de otros que piden ayuda, sabe que esto es así.

Pero también sabe que las personas cambian, que las vidas crecen, que de pronto algo sucede y una auténtica novedad rompe la monotonía. Y uno se dice: ¿tuvo algo que ver la terapia en todo esto? ¿Qué fue de lo que yo dije o hice que favoreció, permitió, produjo este cambio?

Muchas veces, esta pregunta queda sin respuesta. Otras veces, es el mismo paciente quien nos señala: “Fue aquello que Ud. dijo”. Y no es extraño que se refiera a un gesto banal, a lo mejor a un ejemplo casual, o a un silencio para nada prescrito por la estrategia. Y esto es así cuando no se trata de una película que vio la noche anterior, o una tira cómica en un diario, o la conversación casual con un conocido.

Otras veces, por fin, la respuesta -aun siendo verdadera- es poco proporcionada con la realidad del cambio. O dicho positivamente: el cambio es inmensa, cualitativa y cuantitativamente mayor y desproporcionado en relación con la supuesta causa que uno puede descubrir, o que uno cree haber aportado.

Por ello, Igor Caruso, el psiquiatra alemán, nos previene contra la tentación del “arquetipo del redentor”²², tantas veces presente y operante en los terapeutas, tantas veces fuente de “frustraciones” que no son tales en verdad, por la sencilla razón de que no soy yo quien salva al otro. En todo caso, gracias a la común entrega y apertura, hemos podido desbrozar el camino y ayudar a que el paciente –esa persona maravillosa e increíble que estaba prisionera, allí, en medio de una suerte de maraña-, de pronto aparezca y se nos muestre, aunque sea un instante, en todo su esplendor. En todo caso –una vez más- nos salvamos juntos en la común tarea del encuentro personal.

²² Ver en nota 12 la obras mencionadas del autor.

Sepa que usted está invitado a encontrarse con el otro en el dolor y el gozo, en el sufrimiento, en la esperanza y en la alegría. Y a constituir, juntos, una comunidad de salvación.

Por ello, deje de lado toda eventual omnipotencia, huya de su narcisismo si es que aún anida en usted a estos respectos y dispóngase –de todo corazón- a ser un instrumento. Lo demás, no corre por cuenta suya.

c. El Arquetipo desde el lugar del paciente

El paciente confía, se entrega, se abre²³. ¿Por qué lo haría si no viese en el profesional que lo recibe alguien que puede ayudarlo? Experimenta su vida, o parte sustantiva de ella, enmarañada, detenida.

Llamado a ser, y a ser en plenitud, en algún momento, perdió la huella de su propio despliegue. Y la forma concreta en que se haya dado esa pérdida, es el conjunto de “piedras miliars” que el paciente reconoce y que juntos habremos de seguir y desandar hasta dar, si fuese posible, con la primera. Que así dicho es, en definitiva, la que lo trajo hasta aquí, a nuestro consultorio.

Otras veces se sabe activo y caminando, pero como quien lo hace en una “rotonda”: los paisajes se repiten. Puede que cambien algunos actores y hasta la escenografía: pero la obra parece la misma de siempre. Un círculo vicioso, diríamos neurótico (si no fuese que desde hace mucho esta palabra resulta equívoca).

El paciente, llamado a desplegarse y a realizar plenamente su vida, atraviesa la experiencia de toparse con límites que no puede salvar. Límites que muchas veces quiere y cree fuera de sí o fuera de su alcance²⁴.

²³ Precisamente a esta luz, se vuelven significativas las eventuales “resistencias”, expresivas tanto de las dificultades como de la ambivalencia del paciente. Aunque también de su pudor. Y esto último no es algo menor, aunque frecuentemente sea mal entendido, desconocido, “psicologizado” o considerado algo así como un ‘disvalor’ o, de manera más simple, no sea tenido en cuenta.

²⁴ San Agustín, a quien ya hemos citado en algún momento, nos regala estas precisiones cuando en su inextinguible búsqueda, se topa consigo mismo: *“Pero, ¿de dónde este monstruo?... Manda el alma al cuerpo y le obedece al punto, mandase el alma a sí misma y se resiste. Manda el alma que se mueva la mano, y tanta es la prontitud, que apenas se distingue la acción del mandato; no obstante,*

Muchas veces, se dice, otros son los responsables. Lo es su pareja. O sus padres. O la gente con la que trabaja. O la historia que vivió y en la cual resultó herido. O hiriente. O un poco de todo ello. Historia que es **tan poco historia**, que es **tan actual**, que se parece demasiado al presente en el cual se encuentra perdido y –a veces- viscosamente empantanado.

Esa historia parece una suerte de *fatalidad* y opera como todo un “criterio de interpretación” de este presente en el cual se encuentra. Y del futuro. Y desde ese pasado vuelto “criterio”, claro, sólo muy difícilmente asome novedad alguna. Lo que desde allí puede seguirse, es más de lo mismo, con visos de *trágico eterno retorno*. **Este paciente, es el que pide ayuda**. “¿En qué puedo ayudarle?”, preguntamos nosotros no pocas veces.

¡Qué difícil que este paciente, en algún momento del tratamiento, no ‘idealice’ a su terapeuta! ¡Qué difícil que no vea en él a un ‘salvador’!. Muchos de nosotros hemos recibido elogios de ese tenor. ¡Y qué problema si nos los hemos creído!

Constantin Stanislavsky, el genial maestro y director, prevenía a sus actores: “¡Temed a vuestros admiradores! Aprended a tiempo a oír, comprender y amar la cruel verdad respecto a vosotros mismos... Hablad de vuestro arte únicamente con aquellos que puedan deciros la verdad. La mayoría de los actores temen la verdad, no porque no puedan resistirla, sino porque puede quebrantar en el actor la fe en sí mismo”²⁵. Sin mayores aclaraciones, el lector habrá comprendido.

*el alma es alma y la mano cuerpo. Manda el alma que quiera el alma, y no siendo cosa distinta de sí, no la obedece, sin embargo. ¿De dónde este monstruo? ¿Y por qué así? Manda, digo, que quiera –y no mandara si no quisiese- y, no obstante, no hace lo que manda. Luego, no quiere totalmente; luego, no manda toda ella... y esta es la razón de que no haga lo que manda. Porque si fuese plena, no mandarían que fuese, porque ya lo sería. No hay, por tanto, monstruosidad en querer en parte y en parte no querer, sino cierta enfermedad del alma; porque elevada por la verdad, no se levanta toda ella oprimida por el peso de la costumbre”*²⁴“Confesiones”, L. VIII, Cap. IX, 21, 22. BAC, Madrid, 1979.

²⁵ Constantin Stanislavsky (1963, 2001). *Manual del Actor*. Buenos Aires: Editorial Diana, pág. 31.

Con todo, esa 'idealización' parece –incluso- un momento muchas veces necesario: porque a su amparo, el paciente vuelve a creer. Si en el teatro es necesario que el espectador *suspenda el juicio de realidad* como condición primera para acoger la obra en su conjunto (y sin esa *suspensión del juicio* no hay teatro posible), algo similar también ocurre en la terapia. Y es bueno que suceda.

Y esto puede parecer sorprendente: el paciente ha de comenzar creyendo en otro, para luego volver a creer también en sí mismo. Y vuelve a creer en sí mismo porque alguien –su terapeuta- cree en él.

Crear supone un paso de entrega y de confianza, condiciones a la vez para todo avance posible. En este sentido, han visto bien los planteos de algunas orientaciones cognitivistas contemporáneas, que trabajan sobre las “creencias” de los sujetos²⁶.

Con todo -y para el caso-, la primera de esas creencias, es la del paciente en relación con el terapeuta que lo ayuda. Y sólo desde ese presupuesto que abre a la receptividad, se vuelve posible la intervención del profesional.

Al mismo tiempo, sólo desde el espacio y en el espacio de creencia del terapeuta respecto de su paciente, este encontrará la posibilidad cierta de mejora y cambio.

Un aforismo escolástico dice así: “Credo ut intelligam”. Creer para entender. Primero hay que creer, justamente para poder entender.

Desde la desconfianza y la sospecha, difícilmente se pueda arribar a buenas intelecciones y a una profunda comprensión.

Y esto también acaso pueda resultar sorprendente: nuestra vida descansa, primero, sobre un piso de creencias. Que se vuelven sólidas certezas en la experiencia.

Pero agreguemos algo. En uno de sus últimos libros, Alberto Fariña Videla nos dice lo siguiente: “...las creencias son siempre creencias ‘en’ alguien, es difícil si no imposible creer en un abstracto ‘hombre’ o en un abstracto ‘Dios’.

²⁶ Y aclaremos que pueden ser tan nefastas las “creencias” desordenadas o negativas, como la ausencia de creencias donde –precisamente- deberían encontrarse operantes, vivificando la experiencia.

El creer no es algo desligado del mundo interior o del mundo exterior; al contrario, por creer no se entiende sólo el acto subjetivo de creer, sino que incluye siempre el contenido global al que el acto se orienta y que lo hace razonable y lo justifica.

“Esto significa –concluye Fariña Videla- que es siempre a partir de relaciones concretas en situaciones concretas que se va estructurando en la subjetividad de cada hombre el mundo íntimo y personal de sus creencias. Y de sus diferentes creencias”²⁷.

Un poco más adelante, señala: “Cuando creemos, *creamos*, damos a nacer, renacemos, participamos de algo más originario, más hondo: (participamos) de un recibir”²⁸.

Justamente, esta creación y este renacimiento se vuelven posibles a partir del encuentro. Y con ello, se realiza la ruptura de la circularidad tanta veces trágica en las que se ve envuelta la existencia, abriéndose genuinos espacios de libertad y novedad.

5. QUE HACER CON EL DOLOR EN EL CONSULTORIO²⁹

En el consultorio, cotidianamente, los psicoterapeutas nos encontramos con la realidad de alguien que, necesitado de ayuda, acude a nosotros.

El paciente, cada paciente, es una persona que sufre. En nuestro caso, se trata de un dolor psicológico que oscurece, dificulta o hace prácticamente imposible la expansión de su vida en el mundo.

Ansiedad, angustia, culpa, miedo, no son sino algunos de los modos en los que el dolor se nos hace patente y constituyen parte sustantiva de la “materia prima” en la praxis psicoterapéutica, aquello con lo que –pacientes y terapeutas- debemos lidiar en busca de la salud integral.

²⁷ “ESCANDALO Y LOCURA – Psicoterapia, cultura crítica y filialidad divina. Alberto Fariña Videla, Grupo Editor Latinoamericano, Bs.As., 2009. Pág. 98.

²⁸ Op.cit., pág 99.

²⁹ Este punto refleja una ponencia del autor en un Congreso de la Sociedad Interamericana de Psicología que se llevó a cabo en Buenos Aires. Con algunas pocas modificaciones, lo incluimos aquí.

Pero, ¿qué es lo que ocurre en muchos de nuestros consultorios? Al parecer, son numerosos los pacientes y los terapeutas que no aciertan a reconocer el carácter profundamente personal de aquellas experiencias, así como tampoco el potencial liberador que en ellas se encierra, ni –por otra parte- la realidad no siempre ni necesariamente patológica de las mismas.

En efecto: tal y como podemos observar, parecen numerosos los modos en los cuales el dolor no resulta suficientemente reconocido, en su profunda y misteriosa dignidad.

Quizás el más sencillo de estos modos –y en el que a título de ejemplo voy a detenerme- podemos reconocerlo en una suerte de común actitud del paciente y del terapeuta, frente al dolor manifiesto del primero.

Para el paciente, en la generalidad de los casos, el dolor se identifica con su síntoma: “Si pudiese no ponerme colorada ni quedarme muda cuando busco trabajo o cuando doy un examen –oímos decir a una paciente- toda mi vida cambiaría”. “Si no eyaculara tan pronto –nos dice otra persona- las relaciones con mi mujer serían bárbaras, y entonces no tendría porqué estar aquí hablando con Ud.”. Y los ejemplos podrían extenderse casi al infinito.

Que el paciente identifique su dolor con su síntoma y crea que ese es su problema nos parece, si se quiere, algo normal, en tanto que sumamente frecuente. El hombre –a diferencia de los animales-, se equivoca. Y donde más se equivoca, es en relación a sí mismo.

Pero que el terapeuta asuma frente al síntoma doloroso una postura similar a la del paciente, ya debe ponernos en guardia y hacer que nos preguntemos si tanto uno como el otro no estarán padeciendo un idéntico dolor, que los mueve a instrumentar una especie de silenciosa complicidad, que tomará la forma de la negación o del ocultamiento al amparo de técnicas y de racionalizaciones.

Parece tratarse de un común miedo al dolor, o de un común deseo de no atender el incisivo llamado del dolor. No decimos esto, por cierto, respecto del dolor del síntoma. Pero éste, como sabemos, generalmente manifiesta mucho menos de lo que oculta, tal como lo ejemplifica la conocida imagen del “iceberg”.

Será, entonces, un común temor o un común y afirmativo deseo de no atender a lo que no sale a la luz expresamente.

El síntoma, que en no pocos casos resulta ser una defensa del paciente, se vuelve –también- la defensa del terapeuta frente al dolor oculto. Ambos, paciente y terapeuta, así parapetados, se cierran a la experiencia del verdadero dolor, con lo que se inhiben de transitar, juntos, por una auténtica experiencia de cambio.

La técnica generalmente instrumentada por el paciente para defenderse, recién la mencionamos: es el mismo síntoma, en torno al cual tiende a girar la totalidad de su vida que, a expensas del mismo, puede haberse vuelto viciosamente circular y pequeña.

Por parte del terapeuta, las técnicas más usuales parecen ser dos. Por un lado, se ve en nuestros consultorios que muchos terapeutas se cierran sin más a considerar la posibilidad misma de un “más allá” del síntoma, la posibilidad misma de un “detrás de la escena” jugada por el paciente.

Tales terapeutas se limitan a procurar al paciente una suerte de oportunos “analgésicos”, bien que bajo la forma de técnicas para evitar el síntoma, animándolo y estimulándolo a seguir adelante frente a los tropiezos, en una suerte de simulacro de compasión ejercitada desde la suficiencia de quien conoce y maneja los “resortes” fundamentales del acontecer psicológico.

Por otro lado, y acaso a título de “profundidad”, suelen observarse terapeutas que proceden a “leer” la sintomatología en el “discurso” del paciente, y a explicársela o retraducírsela a éste, desde un marco teórico pre-determinado, al amparo del cual toda la dramaticidad y el carácter eminentemente personal de la experiencia dolorosa resulta licuado y diluido en un brillante entramado lógico e impersonal que, al modo de un interminable juego de espejos, devolverá siempre el mismo juego de imágenes fijas.

A esas imágenes fijas –propias del marco pre-determinado- se les dará una apariencia de movimiento, tal y como si alguien, frente a los espejos, los observara desde distintos ángulos, o con diferente luminosidad.

Tanto en el primer estilo señalado, como en el segundo, pacientes y terapeutas, llamados a encontrarse en una comunidad de dolor y salvación, se

inhiben de transitar la senda del dolor salvífico, simplemente tratando de hacerlo a un lado.

Por cierto, una y otra forma se revelan combinables e idénticas en su rechazar al dolor: muchas veces nos encontramos con el “analgésico” como un medio para obtener placer, y otras tantas con el placer como una suerte de “analgésico”.

Lo que parece importar en estos casos, insistimos, es la simplificación consistente en hacer a un lado la experiencia del dolor, al que superficialmente se confunde con el displacer o con la ineficacia en cualquiera de sus formas, mientras se lo considera íntimamente como una especie de fatalidad existencial o cósmica.

Obviamente, un dolor sin sentido no solo merece sino que debe ser evitado, o aliviado. Pero hay dolores que conviene sean atravesados en toda su hondura y radicalidad. Y por ello, extender el sinsentido a todo dolor, es otra cosa.

No ver el papel fundamental que juega el dolor en la antropogénesis, no descubrir en él una invitación al crecimiento y al cambio, entenderlo como un “sino” inexplicable o como una polimorfa y recurrente patología, es no percibir que el dolor forma parte de la vida humana, de toda vida humana y que, por lo tanto es necesario aprender a servirse de él y a vivir con él.

En este sentido, el terapeuta se ve llamado a sostener dramáticamente lo que le es insostenible al paciente, a saber, buena parte de su propia vida. Se ve llamado a dolerse con el dolor verdadero que el paciente oculta tras el síntoma: el dolor de su vida estreñida, de su vida amenazada por la no consumación.

Se ve llamado a transitar con él y a servirle de guía en el sufrimiento, pues la mirada amorosa y experimentada del terapeuta sabe perseguir con mayor precisión el arraigo de los males que aquejan al paciente y respecto de los cuales este, como ya dijimos, frecuentemente se equivoca.

Por fin, el terapeuta se ve llamado a cargar con aquello que el paciente no quiere, no sabe o no puede llevar por sí. Porque solo de este modo el paciente logrará sostenerse en el verdadero dolor de su vida: sabiéndose y sintiéndose sostenido.

Y sostener y sostenerse en el dolor, es de crucial importancia: pues quien no sabe dolerse, tampoco conocerá de los gozos auténticos.

Lo que necesita el paciente que acude a nosotros es ser liberado de la experiencia del dolor, pero no en absoluto, sino en la medida en que se trate de una expresión de desorden.

En este sentido, pide ser sanado, no desconocido como persona. Pide ser salvado como hombre íntegro y concreto, lo que le exigirá asumir toda la carga de dolor y esperanza que incluye su existencia.

También el terapeuta –entonces- deberá ser más paciente que el paciente mismo. Porque, ¿cómo podrá quererse aquel que no se quiere, si no se experimenta querido por mí? ¿Cómo podrá soportarse quien no se soporta, si el terapeuta no lo sostiene? ¿Cómo podrá animarse el paciente a ser abundante en el amor y a ensanchar su vida incluyendo el dolor, y aún más allá del dolor, desde la mezquindad vital del terapeuta?

Por ello, es necesario recordar que en el dolor –tanto el paciente como el terapeuta- reciben un acuciante llamado a abrirse al Amor, que comúnmente los sostiene a ambos.

6. VARIACIONES SOBRE EL DIAGNÓSTICO

a. Necesidad del Diagnóstico

Lo primero es lo primero. Y lo primero, es saber de quién se trata y de qué se trata. Y cotejar lo conocido con lo aprendido, con la experiencia propia, con los libros que se han escrito -muchos de los cuales hemos leído y estudiado- y, si es el caso, consultar con otros colegas. Porque ese saber y ese cotejo, junto con un juicio, orientan y definen la acción terapéutica.

Más allá de los criterios, todos nos formamos una idea, es decir, realizamos un diagnóstico acerca de quien nos consulta y de su problemática. Y tratamos de obrar en consecuencia. Caso contrario, nuestro obrar podrá ser bienintencionado, pero no ha de ser profesional. Podrá ser interesado, pero será errático.

Cuanto más preciso y ajustado a la realidad del paciente sea su diagnóstico, mayores posibilidades de efectividad tendrá su acción terapéutica. No basta con que su trabajo sea eficaz ni con que Ud. sea eficiente.

La efectividad en psicoterapia supone la comprensión global del paciente, de su situación y del proceso psicoterapéutico en sí. Y todo ello constituye la garantía posible en relación con un tratamiento bien realizado.

b. La ambigüedad del Diagnóstico

En otro de sus “Pensamientos”, Blas Pascal formula unas apreciaciones que puedan sonar duras a los oídos contemporáneos: *“A medida que tenemos más discernimiento encontramos que hay más hombres originales. Las gentes vulgares no ven diferencia entre los hombres”*³⁰.

Sin embargo, apele a su propia experiencia y a la experiencia de los profesionales que conozca personalmente y verá que todos acordamos con esta “verdad de Perogrullo”: los “casos” y los diagnósticos que están en los libros, sólo están en los libros. Y sobre todo –las más de las veces- a medida que avanza un tratamiento.

Respecto de la inmensa mayoría de los tratamientos, uno podría formular una “ley” que dijera más o menos así: “La exactitud y precisión de los diagnósticos es inversamente proporcional al tiempo de tratamiento transcurrido”.

Esto es así, claro, salvo en la experiencia de aquellos profesionales que han “cerrado” la cuestión diagnóstica y, por lo tanto. Han dejado de tratar al otro como una persona enferma o con problemas, y sencillamente lo tratan como “un caso de”.

Incluso en aquellos pacientes aquejados por graves dificultades de naturaleza psicopatológica –pienso en las psicosis, por ejemplo- una mirada profesional abierta y amorosa (es decir, una mirada que no se encuentre “cerrada” por un diagnóstico e, incluso, por un diagnóstico acertado), sabe descubrir a la

³⁰ “Pensamientos” Serie XXI, 510 – 7. Ver, así mismo, la nota nº 12, de Oscar Wilde.

persona, viva y actuante en los entresijos de la patología, por debajo y por detrás del desorden que parece cubrirlo y contaminarlo todo.

Esa mirada abierta y amorosa, por otra parte, tiene un efecto poderosamente curativo para el paciente, de lo cual han dado testimonio algunos de los que han vuelto –a veces por un instante- del abismal “más allá” de la locura.

c. Sea cuidadoso con los Diagnósticos, sobre todo con los pacientes

Las “etiquetas” perjudican. Con alguna experiencia, uno ha observado lo nefasto que resulta en la vida del paciente, para la vida del paciente (por ejemplo, en relación con su entorno familiar, o laboral) haber sido definido o catalogado como un “paranoico”, o como un “neurótico obsesivo”, por citar solo unos ejemplos comunes. Y también ha podido constatar el “uso” que algunos pacientes realizan de un diagnóstico esgrimiéndolo frente a su entorno (pero primero ante sí mismos) como maravillosas excusas para no cambiar

No es extraño que algunos pacientes, en la primera entrevista, se presenten de ese modo: “Mire, yo soy un paranoico. Siento que todos se fijan en mí y que están pendientes de lo que hago. Esto me llena de inseguridad y vivo cuidándome”.

A esta experiencia –que podemos ejemplificar abundando con los diagnósticos más diversos- no es menor agregar, desde hace ya un tiempo, la presencia de *internet*: los pacientes resultan, en muchos casos, tan provistos como atiborrados de información relacionada con su “diagnóstico”, y a veces se encuentran perjudicados.

Se encuentran perjudicados por esa misma sobrecarga informativa, porque no siempre la información recabada es veraz y, fundamentalmente, porque aun siendo veraz carecen de los criterios adecuados para comprender y ponderar la información de qué se trate.

Muchas veces, por ejemplo, es el colegio el que solicita un informe profesional acerca de un joven adolescente. Otras veces, es una obra social o una medicina pre-paga la que nos pide que llenemos un protocolo o un formulario donde –invariablemente y como corresponde, por otra parte- se nos requiere

señalar el motivo de consulta, formular un diagnóstico, elaborar un plan de tratamiento, establecer un pronóstico, fijar un número de sesiones, etc. En todos estos casos se ha de decir la verdad y de manera tal que esa verdad comunicada no resulte en perjuicio del paciente y si resulte, en cambio, curativa.

Agreguemos que las expresiones con las que comúnmente nos comunicamos entre los profesionales con quienes tenemos una amistosa confianza (sea refiriéndonos a otros, a terceros e incluso, en relación con nosotros mismos) están invariablemente cargadas de tecnicismos y definiciones diagnósticas que, a quienes vivimos inmersos en el mundo de la psicología y la psiquiatría, nos resultan del todo naturales: “María es una histérica”, “José es un megalómano que, para colmo, tiene baja tolerancia a la frustración”, “El encuentro con Miguel me puso ultra-fóbica”, etc.

Para nosotros, al menos para algunos de nosotros, esas expresiones no son más que expresiones, frecuentes y vulgares comentarios, lo suficientemente usuales, cotidianos y ‘despersonalizados’ como para no herir a nadie, ni como para remitir –de manera necesaria- a un cuadro psicopatológico. Expresiones que –en general- no sólo decimos, sino que estamos dispuestos a admitir -incluso si se refieren a nosotros mismos- sin mayor dificultad, o por medio de una sonrisa nerviosa y cómplice.

Sin embargo, en la vida de los pacientes, de muchos de los pacientes, significan toda una definición de su condición que, formulada por un profesional, adquiere seriedad, hondura y promueven una huella de identificación muy difícil de desandar.

Esto se vuelve todavía más grave en los casos en que la comunicación se realiza con el cónyuge, o la familia del paciente, o con sus educadores en el colegio o si llegara a conocerse en su ambiente de trabajo el informe que elevamos a la obra social.

En todos esos casos, donde la confidencialidad está fuera de nuestro gobierno o, más precisamente, donde no podemos garantizar ni hacer un seguimiento que conduzca a una comprensión ponderada de los términos que empleamos, conviene actuar –siempre con la verdad y en beneficio del paciente-

de una manera extremadamente cuidadosa. Por ejemplo, describiendo una sintomatología en palabras sencillas: “Luis es una persona extremadamente detallista y cuidadosa del orden”, sin aludir a los evidentes rasgos “obsesivos” del paciente³¹.

7. SOBRE LA VOLUNTAD DE SER

Digamos algo más en relación con algo ya comentado. ¿Qué son los síntomas sino la expresión –por la negativa, si se quiere- del *profundo deseo de ser y de ser en plenitud* de cada uno de los pacientes, que se está viendo frustrado? Deseo mucho más grande, profundo y decisivo que cualquier dolencia. Y si bien el síntoma muchas veces no puede ser desatendido en su singularidad e incidencia, *todas las veces conviene atender el deseo de ser*. ¿Por qué? Porque es aliado del paciente y –por tanto- aliado en la terapia. Algunos clásicos se han referido a este deseo llamándolo “voluntas ut natura”: la voluntad como naturaleza. Y no lo han hecho, ciertamente, entendiendo la voluntad a la manera kantiana, sino de un modo realista: la voluntad, primero, como cierta receptividad y secundariamente, como tendencia hacia la encarnación concreta en cada sujeto concreto, en su situación y condiciones también concretas, de la salud, del bien, de la verdad, de la belleza en lo concreto de su propia vida.

Cada uno de nosotros está llamado, invitado, incitado a desarrollarse, a crecer, a desplegarse, a ponerse en juego. En síntesis: a ser el que es de manera plena. Esta misma invitación conduce muchas veces a las personas a la consulta y acompaña y sostiene la marcha del tratamiento. Gracias al dolor del “síntoma” – despertado por esa voluntad de ser en plenitud que se está viendo amenazada o

³¹ También es verdad que algunas veces resulta necesaria una comunicación franca y cruda, con el paciente o con su familia, para que esta conozca, entienda, acepte, se disponga frente a un diagnóstico relevante, no culpe al enfermo o no se sienta culpable ella misma por no poder ayudarlo más, etc.. No puede hacerse esto sin el debido cuidado y la debida orientación y contención. Comunicar un diagnóstico severo (sin la debida ponderación de los efectos de la comunicación en el otro), como si se tratase de un “dato” o una mera cuestión de orden “técnico-clínico” revela la riesgosa y absurda pretensión de que sea tomado como tal por los oyentes implicados.

que ha sido lastimada o impedida- es que las personas nos vemos movidas a pedir ayuda.

Por supuesto, la mayoría de las personas lo que quiere es sentirse bien, o ser felices, o resolver un problema, o dejar de sentirse mal, o poder hacer o encarar tal o cual experiencia, o superar lo que hoy sienten o viven como un obstáculo, etc.

Pero la forma concreta y encarnada que esta experiencia puede adquirir en la vida de una persona, habitualmente difiere de lo que ella misma esperaba, o planeaba, suponía e incluso, creía que deseaba. Hay un modo propio en cada uno de nosotros en el que se manifiestan y ponen en juego la salud, la verdad, el bien y la belleza. Y como decía San Agustín en sus conocidas Confesiones, “nuestro corazón no estará tranquilo hasta que no descansa donde debe”.

Cuando tantos terapeutas –Yalom, entre ellos- nos dicen que la terapia consiste muchas veces “en desbrozar el camino de malezas”, lo que nos dicen al mismo tiempo, es que por debajo de “las malezas” que lo ocultan, lo oscurecen o lo dificultan, está el camino. En este sentido, no hay que hacer el camino: el camino ya está hecho, ya está trazada la línea que nos conduce, nos invita y nos arrastra a veces hacia la plenitud. Hay que limpiar el camino, sí, de las malezas.

8. SOBRE LA PLANIFICACION DE LA VIDA

En el contexto de la actual y decadente cultura en el que nos encontramos, a los ojos de no pocos de sus protagonistas, parece que los “sistemas” y la “planificación” resultan ser de aquellas cosas que pueden garantizar “resultados” como los que esperamos.

Y que si estos no se producen, es precisamente por fallas en el “sistema”, por un insuficiente desarrollo de los mismos, o por una inadecuada “planificación”. Parece que una suerte de “tecnología de la vida” continúa queriendo constituirse

en el remedio que podría poner fin a milenios de sufrimiento y dolor humanos³². Los resultados de estos empeños, ciertamente, están a la vista.

De la mano de ellos, la búsqueda de seguridad, el desorbitado pragmatismo, entre otras cosas, hacen a la dramática contemporánea de la cultura. Y lo vienen haciendo desde hace ya bastante y suficiente tiempo. Nuestra cultura es profundamente aburrida.

Y es interesante, a veces, entremezclarse con la etimología. Veamos el origen de la palabra “aburrido”: parece provenir de “**ab horrere**” (y no de “burro”, como acaso algunas personas supongan).

Quienes saben de estas cosas, dicen que la partícula “ab”, indica privación o evitación. Y “horrere”, horror, miedo, riesgo. De tal suerte llega a nuestros días el aburrido, que vendría a ser alguien que procura evitar el horror, lo temido o -más cotidianamente-, los riesgos.

Y no se trata de los horrores, los temores y los riesgos que siempre conviene evitar. Sino que se trata de personas que **evitan aquellos que conviene encarar**, porque en ello va el propio despliegue, **el crecimiento y el cambio**. Este sujeto, **el aburrido**, lo consigue: **evita**.

Y recibe su paga. Ya Shakespeare, por boca de Hamlet si mal no recuerdo, advertía: “*La seguridad mata al hombre*”. Y mata al hombre, claro, porque entre otras cosas- mata la motivación y adormece el deseo.

Aclaremos por fin el punto: toda la realidad es asombrosa, inagotable, variada y muy interesante. Siempre parecida a esos hormigueros grandes que uno encuentra en el campo: en sus cercanías, transitan a veces unas pocas hormigas.

³² Esto muestra –y no es este el lugar ni el momento para hacer el desarrollo que el asunto merece- el apabullante triunfo cultural de un ya muy lejano Augusto Comte (y su “ingeniería social”). A caballo de ello, en la segunda mitad del S.XX vieron la luz novelas como “Walden Two”, del recordado colega Burrhus Skinner. También Erich Fromm supo sumarse a ese entusiasmo decimonónico, basado en su confianza en los desarrollos científicos que percibía. Mucho más cercana en el tiempo, es la película “Matrix”. En esta línea, sugerimos la lectura del libro “Pasaje al futuro”, de Santiago Bilinkis (Ed. Sudamericana, Bs. As., 2014).

Aunque si uno mete un palo en el hormiguero mismo, verá surgir millares de ellas, en una especie de acelerada locura. Así, la realidad: a poco que me asome a alguna de sus “cuevas”, quedaré sorprendido por una inagotable abundancia.

Pero para entregarnos esa fantástica riqueza que nos ofrece, la realidad pide de nosotros que **corramos el riesgo** de entreverarnos con ella (con su maravilla y con su horror), desde una apertura y una disposición generosa y confiada, que no siempre tenemos. ¡Abrirse y disponerse generosa y confiadamente, es toda una apuesta! Y no siempre estamos dispuestos a ello.

De allí, “ab-horrere”, el aburrimiento. O, inclusive, el aborrecer: como la realidad no me parece ser lo que yo quiero o espero (desde mi posición previa de evitar los riesgos), me “enojo” con ella. La aborrezco.

Pocas personas las hay tan motivadas como los chicos (y todos lo hemos sido). Uno los ve, hasta entrados los cinco o seis años de edad, y todo parece resultarles interesante y a todo dedican un tiempo y una atención maravillosa. Y todo les parece festivo. Hasta que comienzan a ir a la escuela.

A partir de allí, lo que era el gozo del conocimiento y del descubrimiento cotidiano y que parecía inextinguible (aún en medio del “horror” de golpes varios y caídas, que en muchos han sabido dejar una huella que perdura con los años), se transforma –muchas veces- en una carga, y la misma realidad que hasta no hace mucho era tan interesante, parece haberse transformado en aburrida, digna de la mirada desdeñosa que dedicamos a las cosas poco valiosas o “ya sabidas”.

De todo esto, una primera conclusión: **no puede haber motivación sin asombro**. Y no puede haber asombro ni motivación sin una mirada confiada y desinteresada acerca de la realidad, cualquiera sea esta.

El asombro que vuelve posible la motivación, no es una mirada inquisidora que interroga a la realidad sino, al revés, es un descubrimiento gozoso y pasmoso asociado a que permito que la realidad me interroge y ella (la realidad), pide de mí una respuesta, de suyo personal. En su defecto, vendrá el aburrimiento.

De allí, también la ausencia de entusiasmo y la apatía. Y la consecuente y contemporánea exigencia de “planificar” la existencia, o de tener “proyectos”. Mientras tanto, la vida de muchos transcurre en una suerte de continuo “*deja vú*”,

con la *novedad* del 5G en los celulares y la *esperanza* de que por fin podamos comunicarnos bien, cuando queramos y sin interrupciones, aunque cada vez tengamos menos cosas sustantivas que decirnos.

Pero volvamos a los planes. Porque lo que también se observa es la paradójica y reiterada experiencia que indica que los planes generalmente no se cumplen y que los proyectos –sobre todo los proyectos vitales- no se realizan como las personas los tenían previsto (¡y va de suyo que no caben las argumentaciones *post-factum!*).

También es notoria la constatación de personas cuyos planes sí se realizan, y no están contentas con ello encontrándose –en cambio- sorprendidas por cómo se sienten: regularmente azoradas y desorientadas. ¡Han alcanzado lo que siempre han querido, pero no están bien!

Pero también debemos referirnos a personas cuyos eventuales “proyectos” no se han cumplido y –sin embargo- son felices y agradecidas para con la vida y con lo que esta les ha deparado. Muchas de ellas, se ríen saludablemente de sus planes frustrados: querían y estaban yendo hacia un lado, y resultó que se descubrieron en otro, y muy bien por cierto. Las cosas están bien e –incluso- mejor de lo que ellos mismos podían haber previsto.

Tratemos de simplificar y pasar en limpio lo que venimos señalando. La vida, ciertamente, está hecha para ser vivida: no está hecha primariamente para ser pensada ni prevista ni planificada. Ni para ser desmenuzada en el consultorio psicológico.

Mientras muchas personas están atentas a sus planes y toman todo tipo de previsiones, sucede que la vida pasa a su lado. Y sucede también que cuando han terminado de planificar y de prever todo lo posible, la situación cambió, ellos ya no son los mismos (muchas veces) y entonces ni las previsiones ni los planes resultan adecuados, aunque se estén cumpliendo. Y hay que volver a empezar, con la sensación de frustración. O corregir sobre lo corregido, a veces, *ad infinitum*. Mientras, la vida, sigue sucediendo, claro.

¿De qué se trata, entonces? Ciertamente tener planes es –digámoslo así- inevitable. Orientan nuestra acción y, si son de verdad buenos, han surgido desde la verdad de nuestra persona, de nuestra realidad y de nuestro deseo.

Pero –como quedó dicho más arriba- hemos de estar abiertos y dispuestos a correr riesgos. Y entre esos riesgos, debemos disponernos a deshacernos de planes y “seguridades” cuando la verdad se hace patente. Porque lo mejor es entregarnos a ella.

Tengamos presente, por fin y también, aquello que –según se dice- pudo decirnos John Lennon: *“La vida es aquello que pasa mientras estas ocupando haciendo otros planes”*.

9. DOS VIAJEROS QUE NECESITAN AYUDA: STATUS VIATORIS

Que los pacientes necesitan ayuda es algo que, por regla general, está fuera de discusión. Podremos discutir si la aceptan, si se sirven de ella, cómo se sirven y para qué se sirven de esa ayuda, etc. Pero no que la necesiten. Sin embargo, también los terapeutas la necesitamos.

También nosotros necesitamos cambiar, mejorar, hacer a un lado vicios actitudinales, o de comportamiento, o de mirada. Y sin lugar a dudas que la consulta con un colega, o hacer un tratamiento, o las supervisiones, o trabajar en equipo y –mejor aún- trabajar en comunidad- nos es beneficioso. Pero también recibimos ayuda de los pacientes.

Personalmente, he cambiado mucho en estos años de ejercicio de la psicoterapia. Y espero y confío en que no sea este el final del camino. Y no pocos de mis cambios han tenido que ver con mis pacientes.

Ellos los promovieron, las más de las veces de una manera relativamente pasiva y –digámoslo así- sin proponérselo. Pero otras veces, de manera activa, decidida y exigente, señalándome riquezas y límites. Y pidiéndome concretamente modificaciones en mi proceder, en mi actitud, en mis intervenciones. O confirmándome en relación con actitudes y gestos que en algún momento he tenido para con ellos. En general, por otra parte, han sido muy finos en sus

observaciones, comentarios y sugerencias, han sabido encontrar el momento oportuno para hacerlas y lo han hecho de manera cuidadosa, de mí y del vínculo.

Otras veces, ver los cambios en los pacientes me ha animado a intentar lo propio en mi vida, tanto en aspectos que pueden considerarse relativamente accesorios, cuanto en aspectos decididamente sustanciales: a esas cosas –entre otras- fui movido, aunque indirectamente, por los cambios operados en algunos pacientes.

Me sentí animado por sus decisiones, de las cuales y en las cuales yo había participado pues tenían que ver con sus necesidades y requerimientos. Me resultó positiva y poderosamente tentadora la nueva perspectiva que se abrió en sus vidas a partir de ellas. Y también resultaba oportuno que lo propio sucediera en la mía, y así lo hice. Y en más de una ocasión se los he dicho, agradeciéndoles.

El efecto de esta confesión de mi parte, ha sido –de manera invariable- extremadamente beneficioso y confirmatorio tanto para el paciente, como para mí. Pero –más importante aún- para el vínculo, que se vio fortalecido y, digámoslo así, aumentado en su hondura, confianza y radicalidad.

Porque pacientes y terapeutas no somos diferentes: ambos estamos “en camino”. Y siempre es bueno caminar junto con otros.

10. QUERER Y SER QUERIDO: PACIENTES Y TERAPEUTAS

Si yo debiera simplificar (y simplificar en el sentido más profundo y entrañable de la palabra), debería decir que la inmensa mayoría de los problemas humanos, son problemas de amor.

Y no son pocos los enfoques en psicología y en psicopatología que han tratado de formalizar esta cuestión con diferentes conceptualizaciones, más o menos felices, más o menos ajustadas, más o menos cuidadosas de este fondo amoroso. *Fondo amoroso que constituye el verdadero núcleo dinámico y dinamizador de la psicología del hombre.*

La lista de quienes se inscriben en esta fenomenal psicología y psicopatología del amor podría ser larga. Es un problema amoroso el “complejo de Edipo, núcleo fundamental de todas las neurosis”, según el decir de Freud, y también lo es “el complejo de inferioridad” de Adler. Es una expresión de esta psicopatología la comunicación disfuncional y enfermiza en “la familia esquizofrenógena” de la Escuela de Palo Alto. Lacan también se ha ocupado (y mucho) del amor. A los avatares de la dinámica amorosa quieren dar explicación las posiciones “esquizo-paranoide” y “depresiva” de Melanie Klein.

El clásico y apasionante libro de Spitz acerca del primer año de vida en el niño, no hace más que brindar un testimonio poderosísimo de esta cuestión. Y también responden a los defectos en la dinámica amorosa las “personalidades egocéntricas” de Kunkel y el mundo amenazante en el que viven las personalidades fóbicas (von Gebattel).

La psicología del sí mismo y las personalidades narcisistas de Kohut se suman a la lista. Incluso en las “personalidades psicopáticas” (Schneider) pueden seguirse las huellas –a veces muy claras- de una dolorosa dinámica amorosa.³³

El amor es una experiencia incisiva y fundante, y de ello da testimonio prácticamente toda la psicología. Ciertamente no es una experiencia “light”, ni se agota en expresiones “románticas”, ni se limita a “conductas” ni se agota en las palabras.

Y es en su “Divina Comedia”, cercano ya el final de su viaje por el Infierno, cuando Dante se hace eco de lo que han contado otros poetas: la lanza que Aquiles heredara de su padre –Peleo- tenía la virtud de curar las heridas que había causado.

Como figura, nada parece más natural y conveniente atentos al título de este punto. Si los problemas que las personas padecemos son el fruto de

³³ Como es obvio, quedan sin mencionar muchos otros autores y escuelas que han formulado aportes en este sentido. Del mismo modo, cabe señalar que el cotejo de –a veces- tan disímiles conceptualizaciones de naturaleza teórica y su equiparación en relación con sus referencias al amor y su eventual desorden, no escapa a mi criterio. No es este, sin embargo, ni el momento ni el libro indicado para desarrollar más ampliamente este asunto ni cotejar las diferentes posiciones.

deficiencias, omisiones, heridas en nuestra experiencia amorosa, es en la experiencia amorosa donde pueden encontrar su remedio.

De allí que “querer a los pacientes” diste bastante de resultar –tan solo- una sugerencia amable y cordial, o una suerte de “piadosa sensiblería” o una recomendación cargada de buenas intenciones. O una “amenazante” y posible “pérdida de objetividad”. Es, más bien y en sentido estricto, todo lo contrario.

El amor es una poderosa fuerza generativa y curativa. Tan poderosa que aún si fuese posible una cura meramente técnica, aséptica, neutral, resultaría discutible e incluso iatrogénica en relación con lo propiamente humano.

“Esa lengua, al principio mordedora, que a mis mejillas de rubor teñía, me dio la medicina salvadora: / así he oído que la lanza hería de Aquiles y su padre, que igualmente mala, al principio, y buena ofrenda hacía”³⁴.

Por su parte, un conocido aforismo escolástico dice que “la corrupción de lo mejor es lo peor”. Y efectivamente: la corrupción del amor, es lo peor que puede pasarnos a las personas. Porque nada es mejor que el amor. Luego, el mismo amor que nos ha lastimado, es el que nos provee el remedio.

Hace ya muchos años, Lain Entralgo nos hablaba de la *filia iatriqué*, de la “amistad médica” y de los efectos curativos de esa experiencia. Y de los efectos negativos de su ausencia³⁵.

Concretamente: dígale a sus pacientes que los quiere. O, mejor aún, póngale palabras amorosas a la experiencia que viven juntos en el consultorio.

³⁴ “Divina Comedia”, Dante Alighieri, Canto XXXI, 1 – 6. Ed. Galaxia Gutenberg, Barcelona, 2016. *“Una medesima lingua pria mi morse, sí che mi tinse lúna e láltra guancia, e poi la mdicina mi ripórse: / cosí od’io che solea dar la lancia d’Achille e del suo padre esser cagione prima do trista e poi di buona mancia”*. Otra traducción, reza más o menos del mismo modo: *La misma lengua que antes me hirió, tiñendo de rubor mis mejillas –dice Dante- , me aplicó enseguida el remedio; así he oído contar que la lanza de Aquiles y de su padre solía ocasionar primero un disfavor, y luego un buen regalo*. Ed. Planeta, España, 2001

³⁵ Ver “La Relación Médico Paciente” – Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes, 2012, Alicante. El libro tuvo su primera edición en 1964, Revista de Occidente, Madrid.

11. PONIENDOSE EN EL LUGAR DEL OTRO

Uno de los efectos naturales que el dolor puede provocar en cada uno de nosotros es algo así como un reflejo de ensimismamiento y auto-observación. Poco importa si se trata de un dolor físico o de un dolor psicológico en cualquiera de sus múltiples formas (angustia, inseguridad, frustraciones, ansiedad, miedo, rupturas, tristeza, dudas, pérdidas, etc.).

En dependencia de nuestra sensibilidad y de nuestra situación, del tipo y de la magnitud del dolor, todos nuestros sentidos y toda nuestra atención se encuentran, a veces, casi plenamente solicitados por esa experiencia: es uno de los modos humanos de poner las condiciones para encontrar el alivio.

Así como la inflamación es un signo de las defensas que el organismo ejecuta cuando sufrimos una herida, un golpe o tenemos una infección, del mismo modo –salvando las distancias, claro- sucede con nuestra psicología. Todos los recursos de los que disponemos acuden a la herida y parecen puestos al servicio de la solución de ese particular dolor psíquico.

Pero así como en un accidente callejero conviene alejar a los curiosos y –frecuentemente- permitir una buena aireación del damnificado, lo mismo sucede con el centrarse de los pacientes en torno de sus problemas.

Un exceso de atención, un excesivo apego dificulta la mirada. Tanto, como lo puede hacer la toma de distancia excesiva -bajo el modo un poco mentiroso del “aquí no ha pasado nada” o del tan habitual “¡show must go on!”, de tanto arraigo en el teatro y en el mundo del espectáculo en general.

Y de eso se trata: la vida no es un espectáculo³⁶. Y aún si lo fuese, las primeras butacas suelen ser tan poco propicias como las últimas. Hay, digámoslo así, una distancia óptima desde donde puede percibirse mejor toda la escena.

“Si vos fueras el psicólogo y un paciente acabara de decirte lo que vos me decías... ¿qué le dirías?”. “Si un amigo estuviera en tu situación, ¿qué te parece que podría ayudarlo?”. “¿Qué crees que sintió él cuando vos se lo dijiste?”.

³⁶ Nos permitimos sugerir la lectura del libro “La Intimidad como Espectáculo”, de Paula Sibilia, Fondo de Cultura Económica, 2008.

En ocasiones sirve cambiar físicamente de lugar con el paciente: jugar a ser él, mientras su tarea consiste en orientar sobre la base de sus propios problemas y dificultades que uno mismo presenta. ¿Qué efecto crees que provocó lo que dijiste, lo que hiciste, lo que callaste en la otra persona? ¿Qué crees que produce en mí el hecho de que me lo cuentes?

Nada de esto que decimos es nuevo ni original. Pero lo que importa es no perder de vista que los pacientes suelen tender a percibir habitualmente, y con más facilidad, **lo que a ellos les sucede**, que **lo que sucede**. Lo que ‘les ha pasado’, que ‘lo que ha pasado’. Y con mayor dificultad aún, qué es lo que ‘le sucede a los otros’, qué es lo que ‘les ha pasado a los demás’, qué efecto provocó en el otro la palabra, el silencio, el gesto del paciente.

Es más: conocemos personas que –*tomadas por lo que a ellos les sucede*– viven como un descuido afrentoso la pregunta misma acerca de qué pudieron haber vivido, sentido, pensado los otros a partir de los sucesos en cuestión. Parte sustantiva de la salud psicológica –y del camino que conduce a ella si es que se encuentra en riesgo o se ha lastimado– consiste en este descentramiento.

Para mejor llevar adelante el proceso es de toda centralidad que yo, como terapeuta, pueda ponerme en el lugar del otro. Es decir, y en principio, que yo pueda ver las cosas tal y como el otro las ve: esto es condición para una adecuada comprensión posible. Un paso más hondo aún será que pueda experimentar con el otro su vida de la manera en que él la experimenta. Pues bien: eso mismo cabe para el paciente mismo y para los otros vínculos que constituyen su existencia toda y en los cuales se juega su destino.

La dinámica vulgarmente conocida como “mirarse la pelusa del ombligo” resulta, desde cualquier punto de vista, desaconsejable. Lo es tanto para el terapeuta -que ha “comprado” y se ha cerrado en la mirada que el paciente tiene acerca de sí mismo y de su situación-, como para el paciente -que, comprensiblemente, no encontrará alternativas valederas ni novedad alguna en su vida, desde la mirada egocentrada y parcial.

12. MIRAR LA TOTALIDAD

La autopercepción de los pacientes –como señalamos recién- está habitualmente reducida al “cono” de sus sufrimientos. No suelen mirar su entera realidad, sino dónde les duele. Si yo lo miro igual, confirmo su mirada acerca de sí mismo. Yo tengo que mirar dónde le duele, pero también tengo que ver toda la vida del paciente, y enseñar esa mirada.

Mirándose según el modo habitual del doliente, es claro que “no puede hacer nada” porque –en general- la solución no está allí, sino en otro lado que – aunque a disposición del paciente- este no ve, no mira e incluso no quiere ver porque le parece ridículo hacerlo. Es decir: le parece ridículo despegar la mirada de donde le duele.

También la mirada de los terapeutas es más propensa a ver ciertas cosas (o a verlas con más rapidez y facilidad) que otras. Incluso diría que las posiciones teóricas, si por un lado son necesarias e inevitables y orientan la mirada, por eso mismo también muchas veces dificultan una visión más plena y profunda.

Digamos que así como nuestros propios “puntos ciegos” no nos dejan ver bien, no pocas veces habremos de sumar a este límite los “puntos ciegos” de las teorías a las que adscribimos. Por ello, en todos los casos y sentidos, hemos de estar dispuestos a desinstalarlos.

Tangencialmente, digamos que es preocupante ver como se parecen entre sí los pacientes de un mismo terapeuta: en sus expresiones, en sus enfoques, en sus comentarios, en el uso del lenguaje.

Las “cadenas” de pacientes que naturalmente se producen (un paciente nos deriva a uno de sus amigos, que nos deriva a la novia de otro, etc.), suelen dar lugar –entre otras cosas- a esto que señalamos, poniéndose en evidencia una modalidad terapéutica poco plástica en el orden de lo práctico (y probablemente también de lo teórico) y, fundamentalmente, un estilo rígido en relación con cada uno de los pacientes.

Todos ellos son diferentes y así habrían de ser nuestros tratamientos y nuestros vínculos con ellos, más allá de algunas inevitables “invariantes”, asociadas a las características de identidad propias.

Finalmente, digamos de un modo sencillo: un terapeuta no puede ver sólo el árbol y perder de vista el bosque. Así como tampoco puede contentarse con mirar el bosque, haciendo a un lado la peculiaridad del árbol ante sus ojos. Ambas cosas, obviamente, son del todo necesarias.

13. PREFIERA EL RIEGO A LA PODA

A veces es difícil para quienes tenemos o para quienes hemos sido influidos por una visión crítica (y, especialmente, por una visión crítica *negativa* de la realidad), hacer a un lado todo lo que vemos que falta, lo que no está bien hecho, lo que podría hacerse de otra manera: si una pintura es buena, el marco la desmerece. Si una conversación fue positiva, tal vez podrían haberse dicho más cosas; si una meta fue alcanzada, es un peldaño: arriba hay otras más altas y mejores.

Una especie de intranquilidad y de desconfianza, parece que impide percibir en toda su riqueza y hasta el fondo, la belleza del cuadro, la hondura de lo conversado, la importancia de la meta conseguida. Aunque tal vez, aquí, aquello de lo que se trate sea del mal del inconformismo.

Pero lo peor de esa intranquilidad y desconfianza aparece –precisamente– cuando se trata de “evaluar” los buenos gestos, las actitudes positivas, los regalos que nos da la vida, los encuentros, los acuerdos. No pocas veces, hay como un “reflejo” defensivo: “¿será cierto?”. “Nunca aceptes regalos de un griego”, me aconsejaron una vez, al tocarme en suerte vivir una situación tan maravillosa como inesperada. Y quien me lo dijo me invitaba a recordar, como en sordina, al famoso Caballo de Troya.

Años atrás, haciéndose eco de no pocos pensadores, Alberto Fariña Videla hablaba de “los maestros de la sospecha”. Y en la misma línea desarrollaba un

dato central del decadente proyecto iluminista del hombre autónomo, que vio la luz con el “¡Sapere aude!”³⁷ kantiano: el proyecto de desingenuización.

La ingenuidad, al igual que la inocencia, no es adecuadamente valorada – en nuestra cultura- a menos que se trate de ofrecernos pañales o artículos navideños para nuestros hijos. A los ojos de la cultura dominante, si un adulto es ingenuo suele parecer “zonzo”, y si es inocente, probablemente sea considerado un tanto “inmaduro”. Al revés, alguien “avisado” y “vivo”, descrea. Y, sobre todo, sospecha. Ser “mal pensado” parece traer ganancia y sería algo así como un signo de que –verdaderamente- uno es un “piola”.

Esta posición, es un *a priori* cultural. *A priori* que, por supuesto, resulta “confirmado” por hechos, sucesos y personajes que casi todos los días parecen dar razón a la posición de desconfianza y que, de paso, la alimentan. **El daño que produce este *a priori*, es incalculable.**

Y creemos que es justo decir que estas valoraciones vigentes en la cultura, deben buena parte de su peso a la psicología que –junto con otras disciplinas- le ha brindado aportes más que significativos. Conocida, sencilla y ejemplificadora es la humorada que refiere que dos psicólogos se cruzan una mañana en los pasillos de un hospital y ambos se saludan: “¡Buen día!” y ambos se van pensando: “¿Qué me habrá querido decir?”.

Si esto es así, ¿qué lugar queda para la confianza? Si es verdad que el otro es potencialmente peligroso, ¿cómo sanar la capacidad de vincularnos y recrear la amistad (personal, familiar, social, societaria llegado el caso)? Y si no podemos confiar, ¿qué es lo que queda delineado como dinámica para nuestros vínculos? Ciertamente, ya nos hemos referido a esto en uno de los puntos anteriores.

Con todo, digamos tres cosas desde el sentido común y tratemos de aclararlas. Primero, *es mejor la abundancia que la carencia*. Segundo, *no siempre conviene ni es posible, separar la paja del trigo*. Tercero, *es mejor el riego que la poda*. Veamos.

Primero: es mejor una vida en la que pasan muchas cosas, incluso –a veces- muchas cosas que podemos calificar de situaciones extremas, que una

³⁷ ¡Atrévete a pensar!

vida en la cual predomina la chatura y el andar anodino. Y entre las muchas cosas y entre las situaciones extremas, hemos de ‘contabilizar’ –si así se nos permite decir- tanto aquellas de suyo positivas como aquellas negativas.

Segundo: efectivamente, no siempre es posible ni conveniente dejar de hacer o dejar atrás ciertas cosas y el paciente –así como el terapeuta- han de aprender a convivir con ellas.

Tercero: finalmente, conviene el riego a la poda. El riego abundante permite el despliegue cada vez más poderoso de las riquezas del paciente. También puede que crezcan, entonces, las malezas, claro. Pero ya llegará el momento de la poda, que podrá ser tanto más vigorosa cuánto más fortalecidas y desarrolladas se encuentren las riquezas.

Porque muchas veces, muchos de nosotros y en innumerables vínculos, parece que nos ocupásemos más en luchar contra lo negativo que en promover, alimentar y alegrarnos de lo positivo. Y esto, es más importante que la “poda” de aquellos aspectos de mejora presentes en la vida.

Con todo, y para concluir: siempre más, pero cada uno en lo suyo. Siempre más, pero cada quien en su lugar. Siempre más, pero quizás no sea bueno ni posible ni adecuado a la persona crecer a la vez tanto en intensidad (o intensidad), como en extensión en relación con una experiencia determinada.

Alguien dijo que la educación en nuestros días consiste más en irrigar desiertos que en abrir brechas en las selvas o en desmalezar bosques. En muchos casos, la psicoterapia -buena parte de la psicoterapia-, consiste en eso mismo. Por eso, prefiera el riego, a la poda.

14. ¡CUIDADO CON LO QUE NO PASA!

Una paciente en la mitad de la vida, abierta a iniciar una relación, conoció un hombre de similar edad al que ella terminó llamando -en las sesiones- “el hombre sin historia”.

Por lo que la paciente decía y daba a entender acerca de ese hombre, no parecía tratarse de una mala persona. Ni de alguien que ocultase un pasado difícil

o que mintiese acerca de sí mismo, o de su acontecer vital. Sencillamente se trataba de una persona en cuya vida no habían pasado cosas que de suyo, a cierta edad, es esperable que hayan pasado. O cosas que, si no han pasado, entonces existen razones sustantivas, muchas veces dramáticas, que vuelven comprensible el asunto.

“El hombre sin historia” vivía solo, no tenía hijos, no refería grandes desengaños amorosos, no registraba haber sufrido daños de importancia en su vida, y tampoco él había sido dañino. No era amigo de excesos. Y su vida era “normal”: trabajaba de manera estable en el mismo lugar desde hacía algunos años sin mayores altibajos, se mantenía a sí mismo y ocasionalmente visitaba a su padre, aún vivo: en una ocasión, en compañía de mi paciente. De tal modo, transcurrían sus días. Tras un corto tiempo, mi paciente desistió de esa relación.

A veces lo que pasa en la vida de los pacientes es grave y doloroso. Pero muchas veces, es peor lo que no pasa. Y en todo aquello que no pasa y que es esperable que haya pasado -o que suceda avanzada la vida- se encuentran muchas veces las llaves que nos conducen a ofrecer una verdadera ayuda.

Estar atentos a esto, es algo así como saber escuchar los silencios.

15. SOBRE LOS ERRORES (y sobre aquellas cosas que no lo son tanto)

a. “Errare humanum est”

Casi como un derivado de la “*cultura de la resistencia de los pacientes a las bondades de los tratamientos y a nosotros los terapeutas*” a la que nos referimos en el Prólogo, resulta que el reconocimiento de errores por parte de los profesionales, no es del todo frecuente³⁸.

³⁸ Y como otro derivado no menor de lo que iremos señalando, nuestra actividad requiere y merece, a esta altura de su desarrollo, un detenido acuerdo que ponga un marco más detallado y fidedigno a lo que en sentido estricto se puede denominar “mala praxis”. Algunos esbozos que hemos conocido, proponían códigos de ética en los cuales se prohibían expresamente las relaciones sexuales (en un sentido amplio, y en sentido estricto) con los pacientes. Y también el aprovechamiento económico (bajo cualquiera de sus formas), por parte del terapeuta. Y nos parece adecuado. Pero nos parece insuficiente. Hay que incluir –

Sin embargo, el reconocimiento de los errores por parte del terapeuta, ofrece alternativas de particular significación. Entre otras cosas, puede dar por concluida la “idealización” que el paciente suele experimentar frente a su figura. Contribuye a “liquidar la transferencia”, según el decir psicoanalítico, cuando esto es necesario. Puede contribuir a que el paciente acepte los errores propios, no se culpabilice por ellos y también ayuda a que el paciente pase a medirse (y a exigirse) con “una vara” más humana. Y puede fortalecer el vínculo entre su paciente y usted.

Pero, mucho más importante que todo esto, reconocer errores es bueno porque simplemente usted., al igual que su paciente, se equivoca. Y es muy bueno aprender a vivir, justamente, con el error y con la rectificación.

La posición inicial de los pacientes ante el reconocimiento de los errores por parte del terapeuta suele ser variable: enojo, desorientación, protesta exigente, desilusión, aceptación y reconocimiento, desinterés. Todo esto es material fortísimo para el trabajo terapéutico, y ofrece posibilidades muy ricas para el mejor avance de un tratamiento.

La aceptación del error debe ir de la mano de la rectificación, de la reconfiguración de su visión acerca del paciente o de la situación determinada de que se trate, y de una nueva orientación.

Aunque como sucede en la vida en general -y en la experiencia de cualquier profesional, en particular- , a veces, no sabemos: no sabemos qué hacer, no sabemos qué decir, no sabemos qué es lo que está pasando, no sabemos cómo van o cómo pueden seguir las cosas. O desconocemos el efecto que puede resultar de nuestras intervenciones, entre otras cosas.

En este sentido, el reconocimiento de errores (o de incertidumbres) por parte del terapeuta, puede significar un momento clave en la marcha de un tratamiento. Y constituir una invitación a que de una manera más decisiva, el paciente se implique aún más en la resolución de aquello que se trate. Puede ser

nos parece, y entre otras cosas- un apartado específicamente relacionado con la *iatrogenia*. Sobre el particular de estas ausencias, nos referimos específicamente al ejercicio de la profesión en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, cuya Ley habilitante, entendemos que nunca ha sido reglamentada.

una renovada invitación y una renovada oportunidad para buscar juntos los mejores caminos.

b. Sobre aquellas cosas que no lo son tanto

Pero también será bueno reconocer que sus errores, no siempre son errores. A veces, son límites y dificultades no resueltas o no asumidas como tales, que le impiden o le hacen difícil actuar plenamente el papel profesional y personal que le corresponde.

Por ejemplo, su poca paciencia, o su cansancio para con la historia repetida del paciente. O su no jugarse cuando debía hacerlo, o su silencio cuando el paciente esperaba (y correspondía) una palabra. O su negativa en relación con aquella “tentación” de darle un abrazo o su temor -no asumido como tal- de mostrar cuánto de conmovido estaba Ud. por la situación del paciente, o su negativa a dejarse tomar al transitar el territorio doloroso por el cual transcurre una sesión, tan parecido al territorio doloroso de su propia vida en este momento.

O sus palabras de más motivadas por su propio entusiasmo a causa de un buen señalamiento, de una buena interpretación o de una buena intervención. O su negativa a mostrar lo que sentía por temor a perder el control.

En síntesis tal vez, su miedo a mostrar sus límites, sus combates, su propia vulnerabilidad. Y que el paciente vea que Ud. es, sencillamente, un hombre o una mujer.

Estas cosas –y tantas otras que podrían agregarse- son todas invitaciones a crecer y a cambiar. Son oportunidades que casi cotidianamente nos ofrece este oficio apasionante.

Ser terapeutas también nos puede hacer bien a nosotros. Es más – y como muestra el excelente libro de Guy³⁹- o constituye un ámbito para nuestro propio cambio y crecimiento personal o –a la larga- nos lastima y enferma.

³⁹ Op. cit. La Vida Personal del Terapeuta.

16. ELOGIO DE LA INCOHERENCIA

Coherencia vs Fidelidad. La conocida expresión “victoria pírrica”, alude a la obtención de un triunfo a un costo tan alto, que no se ve justificado ni compensado por lo que pudo obtenerse en el combate. Esta expresión toma su sentido de las así llamadas Guerras Pírricas (S. III a. C) y de uno de los principales gobernantes griegos, Pirro, a la sazón rey de Epiro.

Pero el cine del S. XX –entre tantos otros ejemplos- hace ya varios años nos regaló la película “La Guerra de los Roses”, historia de un conflicto matrimonial que culmina con la muerte de ambos cónyuges y que nos muestra una verdadera “victoria pírrica”. En este caso, enredados en una dinámica “pierdo - pierdes” (según podría decir Steven Covey)⁴⁰, cada uno de los miembros de la pareja funciona coherentemente con sus posiciones, lo que los conduce al final que comentamos.

Traemos a cuento la referencia y el ejemplo porque no pocas personas –por lo menos a la hora de argumentar y de sostener posiciones- suelen remitirse a la coherencia como una virtud. Y esa apelación aparece generalmente llegada la hora del cambio, o percibida la necesidad del mismo, y toma la forma de un obstáculo o de una resistencia. Por ejemplo, no pocas personas sacrifican la verdad en el altar de la coherencia: prefieren ‘ganar’ y ‘tener razón’. Otras personas –a veces las mismas- más centradas en una herida que en la relación, hacen a un lado la dinámica del perdón y de la reconciliación.

Es Yalom quien relata en uno de sus libros una anécdota triste relacionada con un terapeuta y el grupo que coordinaba. Tras varios años de llevar adelante los encuentros, los integrantes del grupo descubren –entre otras- dos cosas: lo mucho que habían cambiado muchos de ellos y, al mismo tiempo, que el terapeuta no lo había hecho y seguía siendo el mismo. Cuando lo conversan, el terapeuta se ufana satisfecho: “¡Eso es tener el manejo de una buena técnica!”.

⁴⁰ Ver Steven Covey (2002) *Los Siete Hábitos de la Gente Altamente Efectiva*. Buenos Aires: Ed. Sudamericana.

Pero, por otra parte, para entrar de lleno en el punto y aunque parezca que decimos lo contrario, habremos de decir que no conocemos mucha gente que sea coherente, ni mucho tiempo, ni todo el tiempo y mucho menos toda la vida. Y no lo son ni lo han sido ni lo serán en cada una de las situaciones que tocan en suerte o en las que se ven o se han querido implicar y ser partícipes. Y, la verdad, ¡me alegro mucho!

Muchas veces la coherencia se parece al último refugio al que apelan las personas cuando se han visto derrotadas: algo así como “morir con las botas puestas”. Y claro que esto puede que sea bueno en el campo del honor o en donde se juegan la vida y la muerte (y en esos casos, hablar de “derrota” es tener una mira muy corta). Pero en la cotidianeidad, se observa más que muchas personas –amparándose en racionalizaciones- “no quieren dar el brazo a torcer”. Otras veces se apela a la fidelidad: “Quiero ser fiel a mí mismo”. Pero yo no tengo como tarea principal ser fiel a mí mismo, sino –en todo caso- ser fiel a la verdad.

Porque si por coherencia se entiende algo así como una “secuencia lógica”, no nos detengamos ni un minuto: la vida no sigue los criterios de la lógica (aunque indudablemente cierta lógica forme parte de la vida, que la envuelve y excede).

Ahora que si por coherencia se entiende sentir, decir, pensar o hacer siempre lo mismo acerca de algo o de uno mismo, tampoco nos detengamos mucho en esto. Las personas no somos así.

El corazón humano –“el yo real del sujeto”, como dijimos en algún momento- es la sede de las decisiones y el “ethos” genuinamente configurador de la vida de cada uno de nosotros. En él –en el corazón humano- se juegan tanto el aquí y ahora, como el pasado y el futuro de nuestras vidas. Anidan en él certezas e incertidumbres, firmezas y debilidades. Y entre las unas y las otras transcurren nuestros días, en un incesante movimiento de oscilación.

Por lo tanto, no se preocupe por la coherencia. Mucho más importante es la verdad.

17. DESEO APAGADO, TEDIO Y FALTA DE PASION⁴¹

“No te hablé a escondidas, en un país tenebroso. No dije a la estirpe de Jacob: búsqüenme en el vacío”

Isaías, 45, 19

A manera de introducción a este punto, nos permitiremos citar algunos autores que – lejos de una psicología que se quiere académica- nos han dejado palabras que conviene recordar ahora y tener en cuenta. Algunas, ciertamente, parecen haber sido premonitorias y por ello mismo guardan una notable actualidad.

Cuando promediaba el S. XIX, en el año 1855, un “maldito” Charles Baudelaire nos regalaba sus “*Flores del Mal*”⁴². Y las iniciaba con un primer poema: “*Al Lector*”, que tal vez haya querido ser tanto una dedicatoria como una confesión y una advertencia. Veamos lo que nos decía:

*La necesidad, el error, el pecado, la tacañería,
Ocupan nuestros espíritus y trabajan nuestros cuerpos,
Y alimentamos nuestros amables remordimientos,
Como los mendigos nutren su miseria.
Nuestros pecados son testarudos, nuestros arrepentimientos cobardes;
Nos hacemos pagar largamente nuestras confesiones,
Y entramos alegremente en el camino cenagoso,
Creyendo con viles lágrimas lavar todas nuestras manchas.
Sobre la almohada del mal está Satán Trismegisto
Que mece largamente nuestro espíritu encantado,
Y el rico metal de nuestra voluntad
Está todo vaporizado por este sabio químico.
¡Es el Diablo quien empuña los hilos que nos mueven!*

⁴¹ Las líneas que siguen, en lo sustancial, formaron parte de una ponencia del autor en el Congreso de Logoterapia que se llevó a cabo en la Universidad Católica de La Plata en el mes de septiembre de 2010. Con algunas modificaciones, reproducimos lo que fue dicho en aquella oportunidad.

⁴² Seguimos la edición de *Flores del Mal* (1977) de Emecé Editores, Buenos Aires.

*A los objetos repugnantes les encontramos atractivos;
Cada día hacia el Infierno descendemos un paso,
Sin horror, a través de las tinieblas que hieden.
Cual un libertino pobre que besa y muerde
el seno martirizado de una vieja ramera,
Robamos, al pasar, un placer clandestino
Que exprimimos bien fuerte cual vieja naranja.
Oprimido, hormigueante, como un millón de helmintos,
En nuestros cerebros bulle un pueblo de Demonios,
Y, cuando respiramos, la Muerte a los pulmones
Desciende, río invisible, con sordas quejas.
Si la violación, el veneno, el puñal, el incendio,
Todavía no han bordado con sus placenteros diseños
El lienzo banal de nuestros tristes destinos,
Es porque nuestra alma, ¡ah! no es bastante osada.
Pero, entre los chacales, las panteras, los podencos,
Los simios, los escorpiones, los gavilanes, las sierpes,
Los monstruos chillones, aullantes, gruñones, rampantes
En la jaula infame de nuestros vicios,
¡Hay uno más feo, más malo, más inmundo!
Si bien no produce grandes gestos, ni grandes gritos,
Haría complacido de la tierra un despojo
Y en un bostezo tragaríase el mundo:
¡Es el Tedio! — los ojos preñados de involuntario llanto,
Sueña con patíbulos mientras fuma su pipa,
Tú conoces, lector, este monstruo delicado,
—Hipócrita lector, —mi semejante, — ¡mi hermano!*

No era Baudelaire el primero en expresar estas cosas⁴³, pero indudablemente expresaba y, al mismo tiempo, le daba forma a un espíritu que percibía en su época.

Poco más de cien años después, durante los años 1967 y 1968, nuestro Jorge Luis Borges dictó unas conferencias en la Universidad de Harvard. En una de ellas, que lleva por título “EL ARTE DE CONTAR HISTORIAS”, podemos leer lo que sigue:

“Esto nos lleva a otra cuestión: ¿qué pensamos de la felicidad? ¿Qué pensamos de la derrota, de la victoria? Hoy, cuando la gente habla de un final feliz, lo considera una mera condescendencia hacia el público o un recurso comercial; lo consideran artificioso: pero durante siglos los hombres fueron capaces de creer sinceramente en la felicidad y en la victoria, aunque sentían la imprescindible dignidad de la derrota. (...) Bien, hoy, si se emprende una aventura, sabemos que acabará en fracaso. (...) Es decir, no podemos creer de verdad en la felicidad y en el triunfo. Y quizás ésta sea una de las miserias de nuestro tiempo”⁴⁴

Treinta años más tarde, en julio de 1999, vio la luz una publicación que hoy supongo desaparecida. La revista “LATIDO” dedicaba su número 1 a la cuestión de las “Pasiones”.

En una de sus notas, titulada “Cuando sentir está prohibido”, la periodista nos dice, entre otras cosas, lo siguiente:

“Y la pasión por excelencia, lo que se debe ejercer para ser un contemporáneo, tanto si se es famoso como anónimo, es la de fingir que se es. Una mala puesta en escena tiene un poder más destructor que una mala acción. “Ahora... la pasión se ve con otros ojos. La gente no se apasiona sino que piensa, planifica y decide. Siempre se observan las tendencias y se analiza antes de actuar: en el método parece estar la solución. ¿Inconvenientes con este nuevo modelo de vida?. Solo

⁴³ Un más lejano Blas Pascal (S. XVII), en otro de sus Pensamientos, ya había dicho lo que sigue: “**Tedio**. Nada es tan insoportable al hombre como estar en total reposo, sin pasiones, sin ocupaciones, sin diversiones, sin interés. Se da cuenta entonces de su nulidad, de su abandono, de su insuficiencia, de su dependencia, de su impotencia, de su vacío. Al momento saldrán del fondo de su alma el tedio, la negrura, la tristeza, la pena, el despecho, la desesperación”.

⁴⁴ Nos permitimos reiterar aquí esta cita de las que ya nos servimos. ARTE POETICA – Seis Conferencias. Jorge Luis Borges. Editorial Crítica, Barcelona, 2001. Pág. 67-68.

uno, de dudosa credibilidad. Es que los psicoanalistas saben que para preservar su negocio es preciso denunciar, cada vez, una pasión distinta que habría que curarse. La más reciente –aseguran– es un síndrome que debilita el espíritu, reduce la creatividad y profundiza las conductas depresivas. La han bautizado con tres palabras banales: falta de pasión”⁴⁵

Sin lugar a dudas podríamos alargar la lista de autores del más diverso signo y con las más distintas actividades que han ido señalando más o menos lo mismo a lo largo de muchos de estos últimos años.

Como vemos, ese espíritu puesto de relieve en Baudelaire, siguió su derrotero, indudablemente alimentado por muchos. Y junto con muchas acciones y omisiones, produjo también muchos otros textos.

Así, por ejemplo, Milan Kundera con su libro “La insostenible levedad del ser” o “La Era del Vacío” de Gilles Lipovetsky o nuestro más contemporáneo Zigmunt Baumann y su noción de “liquidez”, sobre todo cuando la aplica en su obra “El Amor Líquido”, a la que subtitula: “Sobre la fragilidad de los vínculos humanos”.

Efectivamente, psicólogos, sociólogos, poetas, periodistas, antropólogos culturales, filósofos y muchos otros, vienen señalando esta característica que queda delineada, siempre la misma, de maneras y en tiempos que –al menos cronológicamente– se quieren diferentes.

Algunos, escriben para saludar este nuevo paso “civilizatorio”, dado en la traza de Miguel de Montaigne y su “moderación”. Otros, para constatar que esto es así y limitarse a describirlo, como si se tratase de señalar –simplemente– la presencia de lo que les parece una nueva posición de los sujetos ante la existencia.

Y es Lipovetsky quien refiere, precisamente, que la antinomia “sentido – sinsentido” ya no es vivida ni desgarradora ni trágicamente, sino que es asumida como un dato de la realidad: el dato, claro, es que no tiene sentido. Corría el año 1986. Leámoslo un instante:

“Todo el indiferencia, el desierto posmoderno está

⁴⁵ LATIDO – Una revista para sentir y pensar – Año 1, nº 1, Buenos Aires, Julio de 1999, María Moreno, pág. 35 y 39.

tan alejado del nihilismo <<pasivo>> y de su triste delectación en la inanidad universal, como del nihilismo <<activo>> y de su autodestrucción.

“Dios ha muerto, las grandes finalidades se apagan, pero a nadie le importa un bledo”⁴⁶

Así, muchas personas, hoy, ya no se ríen: sino que, “sonríen”. Tampoco lloran: “sollozan”. No están sencillamente tristes: están “deprimidas”. Y no se enojan ni padecen ira: tienen “conflictos”.

Las imágenes y escenas itálicas, o judías, o españolas, de personas francamente “exageradas” en la expresión de sus afectos, que parecían dejarse tomar por una alegría o por una tristeza de esa manera tan especial, sólo parecen reservadas para cuestiones tan centrales en la vida cotidiana, como lo puede ser el fútbol. O para algunos de los trágicos sucesos a los que nos tiene casi acostumbrados la violencia cotidiana.

Fuera de esto, el sujeto medio, transita por la vida tal vez algo cabizbajo, con cierto andar vacilante, como si se tratase efectivamente de un medio líquido – según el decir de Baumann- y, por tanto, con la expresividad propia de los peces. Y nos equivocáramos si creyésemos que se trata sólo de una cuestión de expresividad.

Esa expresividad atenuada, por llamarla de algún modo, no necesariamente esconde una represión: efectivamente, las personas parecen sentir menos. Y son más que numerosos los testimonios de la pérdida del deseo. Y no hablo, claro, del deseo sexual. Hablo, simplemente, del deseo.

Como aplastado por el peso de una lápida, o íntimamente convencido de ser el actor protagónico del “mito de Sísifo”, el sujeto contemporáneo, en el mejor de los casos, trata de adaptarse y de adaptar su deseo y los eventuales sentimientos concomitantes a una medida “meramente humana”, como tal vez diría Nietzsche. Una medida “meramente humana”, en lo posible, ajustada a los requerimientos y al clima de una cultura bastante poco hospitalaria.

⁴⁶ Gilles Lipovetsky (1993). La Era del Vacío. Ensayos sobre el Individualismo contemporáneo. Barcelona: Ed. Anagrama, pág. 33.

En su defecto, hace suya la recomendación que Gianni Vattimo ⁴⁷nos dejara en su primera visita a la Argentina hace algo más de 30 años, cuando propuso, visto el fondo de “nada metafísica” según su visión, que viviésemos “la fascinante aventura del nihilismo”. Para esto, el sujeto procede a matar su deseo.

Nos referimos, claro, al “deseo” con minúscula y, sobre todo y particularmente, al “Deseo” con mayúsculas, según el preciso decir de Lacan.

La deconstrucción de las estructuras que se supusieron “sólidas” y que se han “desvanecido en el aire” –parafraseando el título de una conocida obra de Marshall Berman-, no parece estar conduciendo, en términos culturales, a un redescubrimiento de lo verdaderamente sólido.

Al revés, buena parte de la humanidad parece avocada y acostumbrándose a vivir –según nos decía Vattimo- “la fascinante aventura del nihilismo”. A vivir “como sí”: como si fuese cierto que sufrimos, como si fuese cierto que gozamos, como si fuese cierto que no hay nada y que nada nos contiene ni sostiene ni alienta. “Fingir que se es”, nos diría la periodista Moreno antes citada.

Asiduo concurrente del transporte público, soy afecto a observar caras y acciones de aquellas personas con las que me toca en suerte viajar. Y humorosamente me he tomado el tiempo de elaborar, con “serias” pretensiones científicas, una suerte de clasificación que paso a compartir.

Los viajeros pueden clasificarse del siguiente modo: a) están los ensimismados, generalmente conectados a sus “auriculares”, aislados del mundo circundante; b) están los que viajan intercambiando llamados o mensajes al celular o también ensimismados en algún juego, que se encuentran en un mundo distinto del circundante; c) los hay enfrascados en la resolución de “sopas de letras” o crucigramas, que ocasionalmente alzan la vista como buscando una “respuesta” en el techo o en la cara de algún pasajero, y que están en otro mundo; d) están – en dependencia del horario- los que tratan de dormir o, de hecho, están dormidos, que ocasionalmente se mueven, abren los ojos un poco y continúan con sus empeños; e) finalmente, un ínfimo número de pasajeros mira por las ventanillas o

⁴⁷ Autor contemporáneo, cabeza del así llamado “pensiero débole”, expresión del pensamiento posmoderno italiano. La cita es transcripción de declaraciones al diario Clarín con ocasión de una visita a Buenos Aires en 1984.

lee y, ocasionalmente, observa las caras de los otros viajeros, aunque no por mucho tiempo, porque eso puede volverse peligroso o incómodo. Este grupo minoritario –defino, siguiendo los criterios metodológicos de la vieja escuela positivista- no es relevante a los fines de mi teoría.

Con cierta ironía, concluyo que muchas de estas personas terminan o terminarán colaborando en el sostén de mi familia, o en el sostén de la familia de algún colega. Como psicólogo clínico, vivo de las dificultades ajenas y no puedo evitar esas conclusiones a partir de la clasificación recién descrita, que traigo a cuento con el propósito de fundamentar mi ‘teoría’⁴⁸.

Más seriamente, recuerdo unas palabras de Leonardo Castellani. En el año 1934, hace ya –entonces- casi 90 años, decía esto:

*El tiempo avanza en el cual los periódicos, la telegrafía sin hilos
y el cinema fabricarán en serie los seudosentimientos de una
humanidad sin alma, reducida a remedar, bajo la larva crecida
en su carne, las manifestaciones de la vida ausente.*⁴⁹

Perfectamente Charles Baudelaire, podría suscribir esta cita. Pero retomemos y volvamos al propósito original que nos anima. Y tratemos de aclarar aún más el punto.

Ya Platón –y pedimos se nos disculpe la imprecisión de la cita- se lamentaba por lo que él denominaba una suerte de debilitamiento de la “*hubris*” humana. Este término, refiere a un concepto griego, cuyo significado es: “**desmesura**” (‘hubris’ o ‘hybris’). En un sentido, es lo opuesto a la sobriedad y a la medida y pone al descubierto, si se quiere, un exceso o un afán desmedido, que merecía el castigo de los dioses.

Pero eso mismo –sin desconocer lo que acabamos de mencionar- a los ojos de Platón (hace más o menos 2400 años), también se veía como que **el impulso originario que había puesto al hombre sobre la tierra, se estaba debilitando.**

⁴⁸ Mientras revisamos estas líneas, recordamos un momento en que se desató en Buenos Aires (y en buena parte del mundo) una suerte de “epidemia”: la “caza” de Pokemon Go. Fue algo algo pasajero. Pero algo nos dijo algo acerca de la “vitalidad” de la cultura.

⁴⁹ La Catársis Católica en los Ejercicios Espirituales de San Ignacio de Loyola – Ediciones Epheta, Bs. As. 1991.

Y veía este debilitamiento en una merma de las pasiones de sus contemporáneos, menos magnánimos, menos proclives a los padecimientos que conlleva toda hazaña, menos deseosos de las grandes cosas a las que sí eran afectos – según Platón- los antiguos.

Tal vez nosotros, trayendo estas reflexiones de Platón a nuestros días, debamos preguntarnos cuáles son nuestras hazañas pendientes. Y nuestras grandes cosas. Y en qué se juega (o se niega) la magnanimidad en nuestros días. Tal vez no se trate, claro, de fundar un imperio, o de conquistar un continente, o de entreverarnos en peligrosas batallas “con riesgo de vida y hacienda”. Tal vez se trate, simplemente, de una suerte de heroicidad cotidiana, sostenida a lo largo de 80 años.

Lo que sí podemos constatar es que para muchas de las generaciones precedentes, había cosas por las cuales valía la pena vivir, y morir. No digo que lo hayan hecho bien. Digo, sencillamente, que la vida no era lo más importante. En todo caso, valía la pena jugarla por un amor: por amor a la tierra de los padres, por amor a una mujer, por el honor, por creencias religiosas, por una idea política.

Bueno o malo, bien o mal jugado, ese algo que estaba *más allá* de la vida de cada uno, también estaba tejiendo la urdimbre del *más acá* y le daba -a la vida más pedestre, y a la más elevada-, su sentido.

No se trataba de un sentido “construido” por el mismo sujeto ni –claro- de algo que él pudiese darse a sí mismo. Era, entonces, algo descubierto y –al mismo tiempo-, regalado, gratuito.

Hoy, una de las paradojas de nuestra cultura, es que la vida es el valor más alto y –al mismo tiempo- parece valer muy poco. Cerrada sobre sí, pretendidamente autosuficiente, la vida quiere darse a sí misma algo que no puede y que siempre es –como dijimos- un regalo y un descubrimiento. A saber, su sentido.

Tal vez ha llegado la hora de confirmar al hombre contemporáneo y decirle que hay pasiones que –efectivamente- pueden perderlo. Pero también ha llegado el momento de recordarle que, quien no tiene pasiones, ya está irremisiblemente perdido.

Lewis constataba –hace más de 50 años y refiriéndose en su caso a la educación- que ya no se trataba tanto de “*desmontar bosques*”, cuanto de “*irrigar desiertos*”.

En psicoterapia, muchas veces, se trata de lo mismo. Es verdad que – también muchas veces- uno encuentra una “maraña” de obstáculos, generalmente bajo el modo de rasgos y estructuras neuróticas, asociadas a actitudes fóbicas y/o depresivas. Pero la mayoría de las veces –y más allá del evidente pedido de ayuda- lo que uno no encuentra, o cuesta encontrar, es el deseo.

Admito que la población general de mi consultorio particular es de una problemática media. Pero también brindo servicios a una población altamente vulnerable, regularmente enredada en algunos extremos graves.

Estos últimos extremos, también son vividos como con normalidad. El mal está *normalizado*. Incluso -no pocas veces-, el mal en alguna de sus facetas más dolorosas. No es sorprendente para muchos de quienes lo viven. Al revés, las buenas experiencias, suelen ser leídas desde la singular óptica que propone alguna de las conocidas “Leyes de Murphy”: “Si algo le parece que está bien, no se preocupe. Ya se le pasará”.

Lejos de alimentar una vigorosa respuesta, el mal normalizado contribuye a la falta de deseo, apagándolo aún más o situando su eventual cumplimiento en el marco de un “estado de existencia provisoria”.

Cercano el comienzo de su “Divina Comedia”, apenas ingresado Dante en los primeros círculos infernales, de la mano de Virgilio, se produce entre ellos éste diálogo:

*“Yo, que estaba horrorizado, dije: -Maestro, ¿qué es lo que oigo, y qué gente es esa, que parece dominada por el dolor?. Me respondió: -Esta miserable suerte está reservada a las tristes almas de aquellos que vivieron sin merecer alabanzas ni vituperio; están confundidas entre el perverso coro de los ángeles que no fueron rebeldes ni fieles a Dios, sino que sólo vivieron para sí.”*⁵⁰

⁵⁰ LA DIVINA COMEDIA – Dante Alighieri – Ed. Castell y Moretón. Canto III, 39-42

Es un poco difícil –aunque es claro que “Dios escribe derecho con renglones torcidos”- despertar pasiones y deseos en la vida de nuestros pacientes si nosotros mismos, sus terapeutas, no estamos tomados por ellas. Sobre este particular, confieso de este modo no poca de mi tibieza.

En no pocos momentos me he contentado –tal vez haciendo un mal uso de buena parte de la experiencia que me fueron dando los años-, en colaborar en la solución de los problemas de algunas personas.

Como señalo en algún otro momento, yo no comencé así la vida profesional ni –tampoco- mi vida. Yo he querido –y todavía quiero, aún en medio de no poca medianía- cambiar el mundo. Y que las personas cambiemos. Así aprendí psicoterapia, para el caso.

No para transformarme en un “solucionador de problemas”, sino en un “agente de cambio”. Ello, exige, demanda, requiere, un vivir apasionado. Gozoso, vital y dramático por parte de uno mismo, y oportunidad de cambio –entonces- para quienes requieren nuestra ayuda.

Un vivir con sentido. No con un sentido meramente individual, individualistamente asumido según el gusto de la cultura contemporánea. Debería saber la cultura contemporánea que si algo tiene sentido, entonces todo lo tiene. Y que un sentido desgajado de la totalidad, es tan solo un “deseo” con minúsculas, incapaz de llenar la vida.

En el corazón de muchos de nosotros, efectivamente, vive aún la novedad que señalase hace unos años Juan Pablo II: “Cristo revela el hombre al hombre mismo y le descubre la sublimidad de su vocación”⁵¹.

Y esa revelación, en un punto, resulta independiente de nuestra fidelidad a ella, siempre escasa, siempre débil, siempre falseada. Una vez en la historia, alguien dijo: “Yo soy la verdad, yo soy la vida, yo soy el camino”. Y lo dijo como mensajero del Amor. ¿Hay alguna otra cosa que pueda dar sentido a nuestras vidas? ¿Hay algo –fuera del amor- qué valga la pena? ¿Hay alguna dificultad en nuestros consultorios que no se remita, de algún modo, a una herida amorosa? En

⁵¹ Carta Encíclica “Redemptor Hominis”.

este contexto, amar deja de ser algo así como una sugerencia bien intencionada, o una apelación cariñosa, sospechada de poca 'objetividad'.

Y que mi corazón sea el de un amante infiel, no obsta para que mi inteligencia pueda y deba rendir este testimonio. Ni para que trabe lucha conmigo mismo y con el mundo, en pos de un reino amoroso.

Hans Urs Von Balthasar, en su monumental "Teodramática" lo dice sin ambages: "La alternativa a Jesús es el vacío"⁵². Y duele reconocer que –según parece- en eso estamos. En eso estamos muchos de nosotros, en eso está buena parte de la sociedad y buena parte de la cultura.

Y esto, no es menor en psicoterapia: porque la alternativa ante el vacío, el tedio y la pérdida de pasión de nuestros días, es el encuentro con el amor y con la verdad. Y todo lo que no sea ese encuentro, es tiempo perdido y, en definitiva, más de lo mismo.

18. PSICOEDUCACIÓN: LA IMPORTANCIA DE EDUCAR LA AFECTIVIDAD (TRES MITOS)

A veces, ante lo que sentimos, podemos hacer nuestras las palabras de San Agustín cuando se interroga acerca de qué cosa sea el tiempo: "Si nadie me lo pregunta, lo sé; pero si quiero explicárselo al que me lo pregunta, no lo sé". Prevenidos, entonces, acerca de la dificultad del asunto, adentrémonos un poco en ello, sin la pretensión de cerrar la cuestión

La afectividad, la sensibilidad de cada uno de nosotros ante la realidad en su conjunto, es algo que se educa. Como todos sabemos es perfectamente posible la educación de nuestro paladar, de nuestro oído, de nuestra capacidad para observar y descubrir la belleza en una escultura o en un cuadro. Progresivamente, vamos depurando nuestra percepción, ajustándola cada vez más a esa realidad allí presente delante de nuestros ojos, que suena en nuestros oídos, o que saboreamos.

⁵² TEODRAMATICA, T. IV, pág. 63. Eunsa, Barcelona.

Justamente el Prof. Emilio Komar, refiriéndose a la sabiduría, nos recuerda que se trata de la “*sápida scientia*”, es decir, la *ciencia sabrosa*... ¡Nada más alejado de la “fría razón”, de la erudición y del cálculo! Más bien, “*sápida scientia*” por su sabor, por su cercanía, por su participación en el misterio, es decir, en lo inefable, en lo que nos “excede”, en aquello que si lo podemos explicar con argumentaciones concluyentes, no es misterio y, por lo tanto, no nos pone en contacto con la verdad, con el bien, con la belleza últimas (o primeras, según se quiera).

Nos parece en general de toda naturalidad que una característica del conocimiento verdadero es su *objetividad*. Y esta (la objetividad) no consiste sino en la adecuación, en la concordancia entre ese conocimiento que anida en mi interior y el objeto conocido (sea éste una cosa, una situación o una persona, etc.).

Cuanto más ajustado a la realidad sea mi conocimiento, más verdadero, más pleno, más real y – si es el caso- más operativo, es decir, mejor guía para la acción. Precisamente cuando nuestro conocimiento no se adecua a esa realidad objetiva, se produce el error. Y habitualmente, si una persona nos dijese con convicción que las ovejas tienen seis patas diríamos, por lo menos, que esa persona tiene un problema.

En el terreno de la afectividad, sin embargo, se presenta una paradoja que interesa mucho poner de relieve. Cuando de afectos se trata, parece que la objetividad (es decir, la adecuación a la realidad) pasara –por lo menos- a un segundo plano.

Parece, según la opinión de muchas personas, que los afectos no son ni pueden ser, “objetivos”. La sola mención de esa posibilidad nos parece absurda. Y puede sonar “frío”.

La “objetividad” parece despojar a no pocos de nuestros afectos de mucho o de todo aquello que estamos dispuestos a reconocerles como más propio: su arrebató, su variabilidad, su “ser inexplicables”, su contrariedad –a veces- con lo que la razón nos muestra, su contraposición –también- con otros afectos que acaso experimentamos simultáneamente.

a. La 'loca' de la casa

Lo que algunos clásicos decían de la imaginación (“es la ‘loca’ de la casa”) muchos de nosotros tal vez podamos decirlo de nuestros afectos (o de la expresión de los afectos tal cuál la percibimos en otros): van, vienen, aparecen, desaparecen, cambian, habitan en nosotros, y nos deshabitan; “toman nuestra casa”... y la dejan vacía... y la vuelven a llenar.

No pocas veces nos encontramos a expensas de lo que sentimos. Y si es verdad que a veces nos sentimos animados, arrebatados, entusiasmados, otras tantas puede que nos sintamos presos, atados, dominados por lo que sentimos en relación con algunas personas, o con determinadas situaciones o ante ciertas experiencias.

No pocos autores (filósofos, psicólogos, maestros de espiritualidad, etc.) nos han dejado descripciones muy claras de esta realidad que experimentamos⁵³.

Pero pongamos, a propósito, un ejemplo que tal vez muchos podamos compartir. Hablemos de algunos de nuestros hijos cuando eran recién nacidos, digamos una o dos horas después de un parto normal: arrugados, “ñatos”, llenos de muecas discordantes y de movimientos involuntarios del todo poco elegantes... ¡y sin embargo ... qué hermosos nos parecen!

Pero,... ¿son en verdad hermosos? ¡Claro que lo son! Los ojos del corazón saben ver en ellos una realización del amor. Pero quien no se haya educado en la ternura no podrá ver la belleza presente en tan “magra”, “desconcertante” y “desprolija” estética.

⁵³ Entre ellos, veamos otra vez unas palabras de San Agustín ya citadas. En sus conocidas “Confesiones”, leemos lo siguiente: *“Manda el alma al cuerpo y le obedece al punto; mándase el alma a sí misma y se resiste. Manda el alma que se mueva la mano, y tanta es la prontitud, que apenas se distingue la acción del mandato; no obstante, el alma es alma y la mano cuerpo: manda el alma que quiera el alma, y no siendo cosa distinta de sí, no la obedece, sin embargo. ¿De dónde ese monstruo? ¿Y por qué así? Manda, digo, que quiera –y no mandara si no quisiera-, y, no obstante, no hace lo que manda. Luego, no quiere totalmente; luego, no manda toda ella... y esa es la razón de que no haga lo que manda. Porque si fuese plena, no mandaría que fuese porque ya lo sería. No hay por tanto, monstruosidad en querer en parte y en parte no querer, sino cierta enfermedad del alma; porque elevada por la verdad, no se levanta toda ella, oprimida por el peso de la costumbre.”* (L. VIII, 9, 21). Ed. BAC.

Si yo no he educado mi olfato, mi paladar y mis ojos, frente a un bien elaborado vino cabernet, cabe que yo personalice diciendo “me gusta” o “no me gusta” Pero no puedo –en sentido estricto- formular un juicio ponderado acerca de si es o no es un “buen vino”.

Al revés de lo que quiso Protágoras, *yo no soy la medida de todas las cosas*. Las cosas tienen *su propia medida* y si yo quiero relacionarme con ellas de una manera adecuada, es bueno que trate de ajustar mi interioridad a la medida (a la realidad) presente en ellas. En todo caso –volviendo al ejemplo- podré decir: “No es un buen vino... para mí”. Y si la materia fuese importante, debería agregar: “Tal vez sea un vino excelente, pero yo no estoy en condiciones de poder valorarlo. ¿Qué puedo hacer para, con objetividad, acercarme a la realidad de este vino?”

Sin embargo, ante la experiencia de los afectos, muchos de nosotros no parece que ‘funcionáramos’ así. Más bien –no pocas veces- ‘funcionamos’ de la manera que ponen de relieve las expresiones que siguen: “Sí, ya sé que no es rico ... pero a mí me gusta”; “yo lo siento así”; “sí, es verdad, la relación con esa persona me hace mal, pero yo lo quiero igual ... si ya sé ... debería plantear las cosas de otro modo ... pero no puedo”, “sí, es cierto, no me conviene, pero me gusta ... y no puedo dejarlo”, “yo debería decirle que la quiero, pero me cuesta ...”; etc.

b. Tres Mitos

Por todo esto conviene ahora circunscribir la cuestión remitiéndonos –sin pretensión de ser exhaustivos- a tres mitos relacionados con la afectividad, con nuestros sentimientos, y arrimar algunas sugerencias al respecto.

Primer mito: *Las emociones nos desestabilizan o nos hacen perder el control.*

Esto puede ser una opinión importante para quien entiende que el “control” de los afectos es necesario. O para quien teniendo la experiencia de una emoción, de algún modo le parece que es algo “molesto”, “incómodo”, “inoportuno” o de alguna manera “inadecuada”.

Pero no hay nada desordenado en emocionarnos ante algo emocionante, o en experimentar ternura o enojo ante algo tierno o ante algo de suyo enojoso. Y este ejercicio es formativo.

En cambio, hay algo desordenado en nuestra dificultad para –despertados esos sentimientos- no expresarlos como corresponde, u ocultarlos o negarlos. Porque, a decir verdad, los afectos no están hechos para ser “controlados”. Sino que, entre otras cosas, están al servicio de vincularnos y orientarnos en nuestra relación con los demás y con las cosas. Si yo los “controlo”, no los ayudo a ser mejores, es decir, a ser más maduros y más fieles a la realidad de la experiencia.

Por otra parte, como ellos *igual son*, si los tengo “atados”, un día aparecen “todos juntos”, o “de golpe”, dando lugar a un típico “desborde”. Porque el control siempre falla. Al revés, si yo los integro cotidianamente en la experiencia, maduran y crecen como madura y crece mi inteligencia en la medida en que la ejercito y me sirvo de ella para conocer la realidad.

Pascal decía: “El corazón conoce razones que la razón desconoce”. Tan verdad es esto, que son esas “razones del corazón” las que terminan prevaleciendo y configurando nuestra vida.

Segundo mito: *Una cosa es el deber y otra cosa son las ganas*

No nos vamos a entreverar –para desandarla- en los fundamentos kantianos de esta afirmación tan frecuente. Simplemente diremos que expresa una típica falsa opción. Porque cada “deber” va acompañado de sus “ganas” correspondientes.

Pongamos ejemplos: yo no sólo “debo” estudiar. Se supone que si alguna vez lo elegí como el camino que me es propio, también tengo “ganas”. Yo no sólo tengo “ganas” de salir a divertirme: “debo” salir a divertirme, porque la distracción y el disfrute también forman parte de la vida. Yo no sólo cumplo con “el deber” de conyugabilidad al mantener relaciones sexuales con mi cónyuge: es de esperar que, además, tenga “ganas”.

Este divorcio, esta división, esta pérdida de la unidad de la experiencia que se manifiesta en esta falsa oposición entre “el deber” y “las ganas”, causa verdaderos dolores de cabeza en la vida de muchos de nosotros.

Tercer mito: *Ser sinceros es lo más importante.*

La cultura en la que vivimos –que no parece muy amiga del amor y de la verdad, aunque hable mucho de ellas- intenta proponernos sus propios valores. Y entre ellos, ser “auténticos”, ser “sinceros”, ocupa un lugar destacado.

Ello equivale, en la práctica, a “mostrarme tal cual soy”, a decir y actuar en función de “lo que pienso” y “lo que siento”. Y puede que en ocasiones no está del todo mal.

Sin embargo, la sinceridad y la verdad no siempre son lo mismo. En medio de un arrebatado amoroso, no pocos han jurado “amor eterno” (o un “odio” de similar duración). Y han sido sinceros. Pero ¿han dicho la verdad?. En el fragor de una *discusión itálica* entre una madre y su hijo desobediente hemos escuchado un “¡¡te voy a matar!!”. Y quien lo dijo no ha hecho más que decir lo que sentía y pensaba en ese momento. Es decir, ha sido sincero. Preguntémosnos una vez más: ¿ha sido verdad lo que dijo? ¿Lo dijo en serio?

Nuestros sentimientos, son un precioso instrumento puesto al servicio del descubrimiento de la verdad y del amor presentes en nuestra realidad. Pero no siempre ni necesariamente está suficientemente bien afinado nuestro instrumento. O si lo está, resulta que el ejecutante no es del todo virtuoso (sea por edad e inexperience, sea por hábitos desordenados que se han ido encarnando paulatinamente). Luego, somos propensos a “leer” la realidad *más en lo que sentimos, que en la realidad misma*. Y ello no puede provocar sino numerosos equívocos.

Porque la medida y la verdad de lo que siento, se descubren en la realidad. El amante que dice “¡no te quiero más!” en medio de una discusión, las más de las veces es sincero, pero eso no siempre refleja la verdad de su corazón. Aunque, lo dicho... ya fue dicho. Y oído. Y desandar este camino, en muchos casos no es sencillo.

c. Como se educa la afectividad

La afectividad se educa *desde la afectividad y en la experiencia*. Es decir, si quiero inculcar y despertar ternura, debo ser tierno; si deseo comunicar y suscitar

templanza, debo ser templado. Y decimos “ser tierno” y “ser templado” –al sólo título de ejemplos- porque tenemos presente aquella enseñanza de Romano Guardini, quien decía que se influye más por lo que se es, que por lo que se *hace* o se *dice*.

“Hablar” de los afectos sirve de muy poco sino sucede en medio de la experiencia. Porque la experiencia es lo verdaderamente formativo. Y la experiencia no se vuelve posible sino brota desde el fondo del corazón, aunque a veces pueda consistir en la amorosa exposición de un límite personal o de una aparente imposibilidad.

Esa exposición amorosa, siempre es un regalo ante los ojos del corazón de quienes queremos y de quienes nos quieren. Y una oportunidad. Y el espacio psicoterapéutico, es un ámbito privilegiado donde esto puede volverse posible.

19. EL NARCISISMO COMO OBSTACULO Y OPORTUNIDAD⁵⁴.

Narciso enamorado de su imagen en el lago, queriendo asirse, se hunde en las aguas y, ahogándose, se transforma en flor. Así suele contarse la historia de este héroe contemporáneo.

Pocas imágenes son a la vez tan bellas y tan tristes, tan provocadoras y sugerentes, como la que nos propone el poeta que nos cuenta la historia de Narciso y Eco⁵⁵.

Y, ciertamente, pocas imágenes describen tan bien la situación que amenaza la vida de muchas personas. Hoy, de numerosas personas que en nuestros días pueblan mayoritariamente nuestras consultas.

⁵⁴ El presente artículo fue una ponencia leída por el autor en el XXVI Congreso Interamericano de Psicología que, organizado por la Sociedad Interamericana de Psicología, se llevó a cabo en la ciudad de San Pablo (Brasil). Con ligeras variantes, la reproducimos aquí.

⁵⁵ Nos permitimos transcribir, en un anexo al final del punto, el relato presente en el texto “METAMORFOSIS”, de Ovidio. Y lo hacemos por dos razones: una, porque el final difiere de lo que habitualmente escuchamos o leemos. La segunda razón, tiene que ver con la extraña belleza trágica del texto que nos regaló su autor.

Porque a estar por mi propia experiencia profesional y la de muchos colegas, somos muchos los psicoterapeutas que –sin importar nuestra filiación teórica, nuestra escuela o la doctrina a la cual adhiramos- estamos de acuerdo en que el narcisismo es, desde hace ya unos cuantos años, la dificultad más frecuente con la que nos topamos en nuestra tarea.

En este caso, lo que me propongo es poner al descubierto el sentido profundamente humano del narcisismo, su constituir un serio obstáculo para el desarrollo de la vida personal y comunitaria y, a la vez, mostrar cómo el narcisismo puede ser una oportunidad para el reencuentro con la verdad acerca de sí mismo. Avancemos, entonces, sin más preámbulos.

Sea en su variable depresiva, sea en su modalidad más omnipotente y florida, sea de una manera llena de inseguridad e impotencia, o en cualesquiera otras formas en las que se manifieste, en el fondo, siempre nos encontramos con Narciso, quien se asoma una vez más al lago, acaso para admirarse, tal vez para autocompadecerse, quizás para regodearse en su tristeza. Y una vez más amenaza con hundirse en las aguas.

Desde nuestra experiencia, es inocultable el aislamiento y el sufrimiento personal de Narciso, la dolorosa experiencia de incomunicabilidad y de apatía que –con diverso grado de seriedad pero con similar calidad- padecen estas personas.

El no entenderse “a fondo”, el no poder tenerse, el no poder alcanzarse y no poder poseerse de una manera plena y definitiva, y el carácter doloroso con el cual son vividas estas experiencias son otras de las notas que distinguen –sin pretender agotarlas- a las personalidades narcisistas.

Además, estas características los volverían inhábiles para poder darse, para entregarse a otros, para conformar vínculos personales profundos, verdaderos.

En síntesis: Narciso tiene la experiencia de una herida, de una división que, si bien incluye la problemática de la imagen y de su relación con los otros, nos parece que va más allá.

Porque debemos convenir –en este caso en beneficio de Narciso- que tal herida, es una herida real que no debemos circunscribir a su persona. Según parece, todos tenemos alguna experiencia de esa herida.

La alternativa que en algún momento se nos ha planteado a muchos, y que se le plantea a Narciso cotidianamente, es la misma alternativa que se nos plantea a cada uno de nosotros: gratuidad y donación personal, por un lado. O autosuficiencia y rehusamiento, por el otro.

Por un lado, el reconocimiento y la aceptación de nuestra fragilidad original, de nuestra vulnerabilidad, de nuestra falibilidad, de nuestra contingencia. Dicho de un modo positivo: por un lado, el reconocimiento y la aceptación amorosa de la gratuidad de nuestra existencia. Y de modo concomitante, el reconocimiento y la aceptación de la radical tendencia que tenemos hacia los otros “yoes” para poder ser un “yo” genuino cada uno de nosotros. Es decir: el disponernos libremente para la donación.

Por otro lado –y he aquí el segundo polo de nuestra alternativa- nuestro no reconocimiento y aceptación de tales evidencias y nuestro concomitante intento de autoafirmación con exclusión de los otros (en verdad, a expensas de los otros), que de antemano está condenado al fracaso. Es decir: situarnos ante la vida como quien reclama una paga, en actitud de acreedor y no de deudor, centrados en nosotros con rehusamiento personal.

Como ha mostrado en uno de sus excelentes trabajos Alberto Fariña Videla –a quien queremos seguir en este punto- “es imposible vivir sin vínculos, sin alianza”. Fariña Videla nos propone, justamente, “entender al ser no como apropiación sino como dación”. Ser “yo”, nos dice, no es apropiarme de mí, ni de mi vida, sino donarme. Ser “yo”, es ser para los otros y desde otro que me ha puesto en la vida.

Es decir: al ser la experiencia comunitaria radicalmente constitutiva de nuestro “yo”, es realmente imposible nuestra vida sin alguna alianza, sin vínculos.

Y tales vínculos y tal alianza no deben ser entendidas como “agregados”, “prolongaciones” o “concesiones necesarias” de nuestro “yo” para lograr su

subsistencia, sino que constituyen la urdimbre misma de su existencia, de nuestra condición de personas, de nuestra subjetividad.

Desde aquí es posible percibir la falsedad de la opción entre “dependencia” e “independencia”, tan comúnmente planteada como alternativa.

Es una falsa opción pues, en última instancia, todos somos dependientes. Tan sencilla y radicalmente dependientes que –como es evidente- no podemos sostenernos en la vida ni conservarnos en ella por nuestros propios medios. Aunque, paradójicamente, no podemos –tampoco- dejar de desear permanecer en la vida. Y nuestro deseo es un testimonio de que no estamos hechos para división y la herida, es decir, no estamos hechos para la muerte.

Esta es, justamente y por otra parte, una de las caras, la cara más dramática y profunda, de la polifacética herida a la que aludimos más arriba: aunque no lo deseemos (y no lo deseamos porque estamos hechos para la vida), vamos a morir. Aunque nos resistamos con todas nuestras fuerzas, nos aguarda un común destino.

Ese común destino, por otra parte, es el que late en la desproporcionada significación que a veces adquieren en nuestra vida diversos conflictos, riesgos y límites con los que nos topamos: todos ellos son figuras más o menos cercanas de la muerte, que es la herida y la división por excelencia, que puede atenazarnos y volver irrespirable nuestro paso por el tiempo.

Mirado con benevolencia, Narciso –como todos- no quiere morir: quiere vivir. Y se aferra a sí mismo desesperadamente.

Habiendo descubierto la singularísima importancia del “yo”, Narciso busca preservarse, engrandecerse, cuidarse, conocerse, perpetuarse. “¿Quién soy yo?”, se pregunta Narciso, fascinado por su afán y en su afán por lograr autoafirmarse.

Instalado en la actitud de quien demanda, aferrado a la ilusión de autofundarse, de autosostenerse, a veces casi plenamente cerrado sobre sí como una “mónada” (Petroni vs. Castoriadis), Narciso no puede sino desesperarse ante la persistente, paradójica y creciente experiencia de su soledad, de su propio vacío y de su misma incapacidad para darse a sí mismo y para darse a sí mismo aquello que le falta (Lipovetsky).

Y tal y como quería Kierkegaard para con los “cristianos estéticos” de su época, la misma desesperación, el mismo dolor, el mismo sufrimiento de Narciso replegado sobre sí, puede ser el camino de salida, al amparo tierno de una mirada amorosa. De una mirada amorosa más grande que la muerte, que sin hacer a un lado ningún dolor, ningún sufrimiento, ninguna miseria, abraza al otro con misericordia, confirmándolo en la verdadera grandeza de su ser un “yo”.

En este sentido, como bien ha dicho Juan Pablo II, sólo “Cristo revela el hombre al hombre mismo”. Es decir, sólo desde nuestro participar gratuitamente como terapeutas de la experiencia de ese amor más grande que la muerte, podemos sostener al otro en su dolor y en su vacío, esperando confiadamente contra toda desesperanza porque –como dice nuestro querido Jorge Luis Borges en una de sus hermosas poesías- “en las grietas está Dios, que acecha”.

Por eso, a la profunda inquietud de Narciso ante la experiencia humana de la herida y de la división, a la tan acuciante pregunta “¿Quién soy yo?”, Narciso y cada quien de entre nosotros que legítimamente nos la hemos preguntado alguna vez, podemos responderla dando respuesta –justamente- a otra pregunta ontológicamente previa, por fundante de nuestro propio “yo”: ¿“Quien es Cristo para mí?”.

Si Cristo ha sido sólo pero nada menos que un buen hombre, si ha sido el fundador de una doctrina, el defensor de una moral, o un defensor de la justicia, lo que venimos proponiendo ha de correr la suerte de todo hombre, de toda doctrina, de toda moral, la misma suerte que la justicia corre en nuestros días.

Pero si es verdad que Cristo es el Verbo Encarnado, si es verdad que El es “el camino, la verdad y la vida”, si es verdad que es una persona que ha padecido, ha muerto y ha resucitado, su realidad nos interpela personalmente y nos pide una toma de posición desde el Amor.

A esta luz, las “simétricas porfías” -como una vez más dice Borges en otro de sus poemas-, las simétricas porfías en las que se ha visto y se ve envuelta buena parte de la psicología, tal vez se nos puedan revelar como el rehusamiento de los psicólogos a replantearnos, a la luz de la realidad, a la luz de los hechos, nuestras teorías y nuestras prácticas.

APENDICE

METAMORFOSIS – OVIDIO - (43 a. C. - 17 d. C.) LIBRO III 339 – 510

NARCISO Y ECO

Tiresias, famosísimo en todas las ciudades de Aonia, daba respuestas irreprochables a la gente que iba a consultarle.

Quien primero puso a prueba la credibilidad y veracidad de sus oráculos fue la azulada Liríope; a ésta el Céfiso la envolvió con su sinuosa corriente y, cautiva en sus aguas, la violó. De su abultado vientre la bellísima ninfa parió un niño que ya entonces podría haber sido amado, y le llamó Narciso. Consultado acerca del mismo, si llegaría a ver los largos días de una vejez avanzada, respondió el profético adivino: "Si no llega a conocerse". Durante años el oráculo del agorero pareció vano, pero lo probaron el desenlace de los acontecimientos, el tipo de muerte u lo inaudito de la locura. En efecto, había ya añadido el hijo de Céfiso un año a los quince y podía parecer lo mismo un niño que un joven; muchos jóvenes, muchas muchachas lo desearon, pero –tan dura soberbia había en aquella tierna belleza- ningún muchacho, ninguna joven le tocó el corazón.

Cuando ojeaba hacia las redes a unos espantados ciervos, vióle una ninfa vocinglera que ni sabe callar cuando le hablan ni hablar ella misma la primera, la resonante Eco.

Aún tenía cuerpo Eco, no sólo voz; así y todo la charlatana no tenía un uso de su boca distinto al que ahora tiene, de suerte que podía repetir, de entre muchas palabras, sólo las últimas. Había hecho eso Juno, porque, pudiendo muchas veces sorprender a las ninfas yaciendo en el monte con su Júpiter, Eco la retenía deliberadamente con su verborrea, hasta que las ninfas huyeran. Cuando la Saturnia se percató, le dijo: "Puesto que me has engañado con la lengua, se te reducirá la facultad de hablar y abreviará al máximo el uso de la voz". Y con el hecho confirma sus amenazas; ella, con todo, repite el final de las frases y devuelve las palabras que ha oído. Pues bien, luego que vió a Narciso vagando por las apartadas campiñas y se enamoró de él, sigue sus pasos a escondidas, y

cuanto más le sigue, más cerca está la llama en que se abrasa; no de otro modo que cuando el azufre vivo untado al extremo de las teas se inflama al contacto de la llama. ¡Cuántas veces quiso acercársele con palabras zalameras y dirigirle cariñosas súplicas! Su naturaleza se lo impide y no le permite empezar; pero – eso sí le permite- está presta para esperar sonidos a los que devolver sus palabras.

Quiso el azar que el zagal, alejado del grupo de sus fieles compañeros, gritara: ¿Hay alguien? y ¡Alguien!” respondiera Eco. Se queda atónito, y, tras dirigir la mirada a todas partes, grita con voz potente: ¡Ven! ”; llama ella a quien la llama. Se vuelve él a mirar y como nadie venía dijo: “¿Por qué huyes de mí?”, y escuchó tantas palabras como él había pronunciado. Se detuvo, y engañado por la ilusión de una voz que contesta, exclama: “¡Aquí, reunámonos!”, y Eco, que jamás respondería con más gusto a ningún otro sonido, “¡Unámonos!” repitió; y secundando sus propias palabras salió de la espesura y se encaminaba a echar sus brazos al cuello anhelado.

Huye él y mientras huye, “¡quita esas manos, no me abrases! ¡Antes morir – dice- que puedas tú tenerme!”. Ella no repitió más que “¡puedas tú tenerme!” Desdeñada, se esconde en la espesura y, llena de vergüenza, se cubre el rostro de ramas y desde entonces vive en cuevas solitarias.

Y aún así pervive el amor y hasta crece el dolor del rechazo; el insomnio y la pena adelgazan el cuerpo de la desdichada, la demacración arruga su piel y todo el humor corporal se evapora por los aires. Sólo su voz y sus huesos quedan; su voz perdura; los huesos, dicen, adoptaron la forma de una piedra.

Desde entonces se oculta en la selva y no se la ve por los montes; todo el mundo la oye; un sonido es lo que sobrevive de ella. Así a ésta la había burlado, así antes a otras ninfas nacidas en las aguas o en los montes, así la compañía masculina. Entonces, uno de los despreciados, levantando las manos al cielo, “Así ame él, ojalá; así no consiga el objeto de sus deseos”, dijo, y asintió la Ramnusia a la justa súplica.

Había una fuente nada cenagosa, de claras y plateadas aguas, que ni los pastores ni las cabras que pastan en el monte habían tocado, ni otro ganado alguno, y que ningún pájaro ni fiera había enturbiado, ni rama caída de un árbol.

Crecía alrededor la hierba, alimentada por la humedad cercana, y una espesura que jamás permitirá que aquel paraje se entibie con el sol.

Aquí vino a tumbarse el zagal, fatigado por la pasión de la caza y el calor, buscando tanto la belleza del lugar como la fuente.

Y mientras ansía calmar la sed, nació otra sed; y mientras bebe, cautivado por el reflejo de la belleza que está viendo, ama una esperanza sin cuerpo; cree que es cuerpo lo que es agua.

Se extasía ante sí mismo y sin moverse ni mudar el semblante permanece rígido como una estatua tallada en mármol de Paros.

Apoiado en tierra contempla sus ojos, estrellas gemelas, sus cabellos, dignos de Baco y dignos de Apolo, sus mejillas lampiñas, su cuello de marfil, la gracia de su boca, y el rubor mezclado con nívea blancura, y admira todo aquello que le hace admirable.

Se desea así mismo sin saberlo, elogiando se elogia, cortejando se corteja, y a la vez se enciende, arde. ¡Cuántas veces dio vanos besos a la fuente engañadora! ¡Cuántas veces sumergió sus brazos para agarrar el cuello que veía en medio de las aguas y no consiguió cogerse en ellas!. No sabe qué es lo que ve, pero lo que ve le quema, y la misma ilusión que engaña sus ojos, lo excita. Crédulo, ¿para qué intentas en vano atrapar fugitivas imágenes? Lo que buscas, no existe; lo que amas, apártate y lo perderás.

Esa sombra que estás viendo es el reflejo de tu imagen. No tiene entidad propia; contigo vino y contigo permanece; y contigo se alejaría si tu pudieras alejarte.

Ni la idea de Ceres ni la del sueño pueden arrancarlo de allí; al contrario, tendido sobre la sombreada hierba, contempla con ojos insaciables la engañosa imagen, y se muere por sus propios ojos; e incorporándose un poco, tendiendo sus brazos a las selvas que le rodean, dice: "¿Acaso alguien, selvas, amó con mayor sufrimiento?. Sin duda lo sabéis, pues fuisteis para muchos escondrijo oportuno. ¿Acaso, puesto que habéis vivido tantos siglos, recordáis en todo ese largo tiempo a alguien que se haya consumido así?

Me gusta y lo veo; pero lo que veo y me gusta, no consigo encontrarlo: tan gran confusión encierra mi amor. Y para mayor sufrimiento, ni nos separa el ancho mar ni un largo camino ni montes ni muros con sus puertas cerradas.

Un poco de agua se interpone.

Él ansía mi abrazo; porque cuantas veces alargo besos a las cristalinas aguas, otras tantas se esfuerza él por juntar sus labios. Creerías que es posible el contacto; es muy pequeño el obstáculo a nuestro amor.

Quienquiera que seas, sal aquí; ¿por qué, muchacho sin par, me eludes? ¿Adónde escapas cuando te cortejo? Ni mi porte ni mi edad son como para que me rehuyas, pues hasta las ninfas me han amado. Cierta esperanza me prometes con tu semblante amistoso, y cuando yo te alargo los brazos, tú los alargas también; cuando te he sonreído, me sonríes; muchas veces he notado lágrimas en ti, cuando lloro; con tus señas de cabeza respondes a las mías; y, según puedo conjeturar por el movimiento de tus hermosos labios, contestas palabras que no llegan a mis oídos. ¡Ese soy yo!. Me he dado cuenta; mi reflejo no me engaña más; ardo en amores de mí mismo; yo provoco las llamas que sufro. ¿Qué hago?

¿De cortejado o de cortejador? ¿Y cómo voy a cortejar? Lo que ansío está en mí; la riqueza me ha hecho pobre. ¡Ojalá pudiera separarme de mi cuerpo!. Deseo inaudito en un enamorado, quisiera que lo que amo estuviera lejos. Pero ya el dolor me quita fuerzas, no me queda largo tiempo de vida, y en mi primavera muero. Y no es dura la muerte para mí, pues la muerte aliviará mis penas; éste el que adoro es quien quisiera que viviera más. Pero ahora los dos, unidos del corazón, moriremos en un solo aliento”.

Dijo y en su locura tornó a contemplarse la cara, y con sus lágrimas enturbió la fuente, y al removerse el agua la imagen se desvaneció. Al verla borrarse, ¿A dónde huyes? Espera, no me abandones, cruel, que yo te amo”, gritó, “Que pueda yo al menos contemplar lo que no me es posible tocar, y dar así pábulo a mi desdichada locura”. Y mientras así se lamenta, rasgó el vestido desde el borde superior, y se golpeo con sus marmóreas manos en el pecho desnudo. El pecho con los golpes cobró un rubor sonrosado, tal como suelen las manzanas,

que blancas por una parte, rojean por otra, o como suele la uva aún no madura tomar un color purpúreo en sus racimos multicolores.

Apenas vio esto en el agua, de nuevo cristalina, no lo soportó más, sino que, como suele fundirse la rubia cera a fuego lento o la escarcha de la mañana al sol naciente, y así se deshace él, consumido por el amor, y va siendo devorado poco a poco por aquel oculto fuego. Y ni existe aquel color mezcla de blancura y rubor ni aquel vigor, aquella lozanía, aquellos encantos que poco antes le gustaba ver, ni subsiste aquél cuerpo que un día amara Eco. Con todo, cuando ella lo vio, aunque irritada y resentida, se compadeció, y cuantas veces el desdichado muchacho decía ¡ay!, ella repetía con sus voces resonadoras ¡ay!, y cuando aquel se golpeaba los brazos con las manos, también ella devolvía idéntico sonido de golpes.

Sus últimas palabras al contemplarse una vez más en las aguas fueron estas: “¡Ay, muchacho amado en vano!”, y otras tantas respondió el paraje; y al decir “adiós”, “¡adiós!” dijo también Eco.

Extenuado, dejó caer su cabeza sobre la verde hierba; la muerte cerró aquellos ojos que admiraban la belleza de su dueño. Aún entonces, tras ser recibido en la mansión infernal, seguía contemplándose en la Estiaje. Le lloraron sus hermanas las Náyades y ofrendaron a su hermano sus cabellos cortados; le lloraron las Dríades; a sus llantos responde Eco.

Y ya preparaban la pira, el blandir de antorchas y las andas; pero el cuerpo no aparecía; en vez de su cuerpo encuentran una flor amarilla con pétalos blancos alrededor de su cáliz (510).

20. CINCO “TESIS” ACERCA DE LA NOCION DE MADUREZ

“¿Cuándo van a madurar?”, nos preguntamos a veces ante ciertas actitudes o comportamientos de algunos de nuestros hijos. “¿Cómo puede ser tan inmaduro?”, exclama un poco escandalizada una joven ante la reticencia a comprometerse ‘en serio’ por parte de su PAREJA. “Es un inmaduro...”, afirma una tercera persona refiriéndose a un señor ‘cincuentón’ que muestra un estilo más

acorde con etapas de la vida que, supuestamente, ya debería haber ‘superado’. “Todavía tiene que madurar”, decimos del joven deportista expuesto a exigencias importantes que no logra resolver del todo.

¿Es inmaduro un chico de 7 años? ¿Y una persona de 40 años? ¿Somos verdaderamente maduros a los 70? ¿A qué edad somos “maduros”? Dos personas de la misma edad, que llevan un similar estilo de vida, ¿son igualmente maduras? ¿Qué responder ante el cinismo “frutal” del escritor que afirma: “Las personas se endurecen un poco, se reblandecen un tanto, se pudren en parte. Pero no maduran”?

¿Qué es lo que queremos decir cuando, apelando a la idea de *madurez* decimos u oímos decir algunas de las cosas que antes mencionamos? La noción de “madurez”, presente en cada uno de esos ejemplos –y que podrían, por cierto, ser mucho más numerosos- merece que nos ocupemos un poco de ella.

Es una noción que con bastante frecuencia está en nuestra boca o en nuestros pensamientos. A veces tiene la forma de una meta que esperamos alcanzar, o que deseamos que otros alcancen. Pero, ¿qué es exactamente lo que queremos decir con ella? ¿A qué nos referimos cuando hablamos de *madurez*, bajo cualquiera de sus formas? Como nos pasa con otras cosas, tal vez sepamos de qué se trata o sabemos qué es lo que queremos decir, pero nos cueste explicarlo –sobre todo- puestos ante la necesidad concreta de hacerlo.

Asomarnos a la riqueza de esta palabra, de esta noción, de esta experiencia, puede servirnos de mucho, sea como padres, como educadores, como profesionales. Para servir mejor a los otros, para ayudarnos a nosotros mismos.

Por eso, ahora, vamos a tratar de considerarla con algún detalle, sin pretensión de “cerrar” el asunto, ni de alcanzar definiciones concluyentes. Y lo vamos a hacer, justamente, bajo el modo un poco “pomposo” de *cinco tesis acerca de la noción de madurez*.

1ª. Tesis: La madurez debe ser entendida desde la consideración de nuestra condición de “viajeros”.

Una de las características propias de la existencia humana, que está presente desde el comienzo mismo de nuestra vida y que lo estará hasta el último instante, es el hecho de ser inacabada. La persona humana es “un ser - siendo” (como dicen algunos filósofos): nunca terminamos de amar, de conocer, de crecer. Permanentemente estamos amando, conociendo, creciendo.

Venimos de un pasado que ya no es, vivimos en un presente que ya pasó y nos dirigimos a un futuro que todavía no ha llegado.

Yo soy esa persona que reconozco en una foto corriendo en una playa cuando tenía 6 años y, al mismo tiempo, he cambiado. Desarrollar nuestra vida en el tiempo, desplegar nuestra existencia hora tras hora, realizarnos (es decir, volvernos cada vez más reales, cada vez más plenamente esa persona que somos) es una de las tareas de la vida.

Y todo esto, ¿cuándo sucede? Siempre. Permanentemente estamos viajando y recibiendo la invitación al viaje. Mientras hay vida, estamos en camino. Y no hemos llegado todavía. Suponer que ya he llegado (para el caso que nos ocupa: “¡ya soy maduro!”), se conoce con el nombre de presunción. Creer que nunca llegaré (“¡nunca voy a madurar!”), es una forma que adquiere la desesperanza.

Mientras tanto, soy un viajero. Estoy en camino: seguramente he madurado, pero aún tengo que madurar.

¿A quiénes se aplica esta “tesis”? A todos. Al niño que apenas tiene horas de vida, al adolescente, al joven, al señor adulto, al anciano. Todos nosotros, hasta el último instante, somos “viajeros”, no hemos madurado del todo todavía, podemos continuar haciéndolo.

<p>2ª. Tesis: La madurez es una noción <i>relativa</i>, es decir, <i>relacionada</i> con la persona concreta en una situación concreta. En este sentido, no existe una “madurez” en <i>abstracto</i>.</p>

Casi como un “corolario” de la primera, esta segunda tesis viene a poner el acento en que si bien es posible señalar algunas características que son esperables en determinadas etapas de la vida, no sería correcto trazar una correlación simple e inmediata entre la edad cronológica de una persona y

aquellas características. ¿Por qué? Porque la madurez es una noción “relativa”, es decir, relacionada. O sea: tiene que ver con muchas cosas: con la historia de esta persona, con su estilo y cultura familiar, con su entorno, con sus condiciones hereditarias, con las oportunidades que la vida le ha ofrecido.

Con esto queremos decir, sencillamente, que dos personas con una misma edad y similar estilo de vida, no son necesariamente igual de maduras. Pueden serlo. Pero determinar esto *en abstracto*, sería erróneo.

Para poder establecer esta comparación –si es que tiene sentido hacerlo o por si fuera necesario- debo ahondar en la *concreta condición de vida* de cada uno y en todos aquellos factores que intervienen en el proceso de maduración. A partir de allí, estaré en mejores condiciones como para realizar un juicio ponderado.

3ª. Tesis: El proceso de maduración de una persona no puede ser entendido linealmente, ni como un desarrollo continuo, ni ininterrumpido o constante.

Del mismo modo, corresponde decir ahora que el proceso de maduración tiene “sus idas y sus vueltas”. Para ser gráficos, imaginémosnos que en el mejor de los casos es algo así como un proceso ascendente, pero espiralado, que interiormente puede estar poblado de contradicciones, luchas, “estancamientos”, avances y retrocesos, confusiones, pausas, momentos de rápidas adquisiciones y momentos de estabilidad durante los cuales nada parece cambiar.

Los hechos de nuestra vida intervienen decisivamente en la configuración de esta “espiral ascendente”. Los gozos y los dolores, las pérdidas y los encuentros, el cuidado y el descuido del que somos (o hemos sido) objeto, la estabilidad o inestabilidad de los vínculos que nos constituyen, los éxitos y los fracasos, la frustraciones y la plenitud que vivimos.

¿Quiere decir esto que estos hechos de nuestra vida determinan nuestras posibilidades de madurar? No, no quiere decir eso. Pero sí quiere decir que estos hechos son las condiciones concretas en las cuales nuestra madurez va a verificarse. Pero vayamos a la cuarta tesis.

4ª. Tesis: El proceso de maduración de una persona no es un proceso ineluctable o necesario, que *de suyo vaya a suceder* o que *se vaya a dar* por el propio peso de la vida y el paso de los años.

Hay cosas que suceden sin nuestra participación. Por ejemplo, buena parte de aquellas cosas que explican algunas leyes físicas. Los cuerpos caen, atraídos por la gravedad de la tierra, sin que sea necesaria nuestra intervención en ningún sentido. Y al respecto, casi que podríamos decir que ‘intervenir’, sólo provoca irregularidades en tan maravillosa regularidad.

Sin embargo, el proceso de maduración no sucede de esa manera. *Sin mi intervención, no ha de producirse*. Y una vez más podríamos decir que –de modo inverso al antes señalado- mi ‘no intervención’ provoca o puede provocar que algo que está llamado a producirse (mi madurez) no se produzca.

Por ejemplo, hay personas que no quieren crecer. Y uno puede decir: “¡igual van a crecer!”. Sí, puede ser... en edad, en tamaño... pero –paradójicamente- parecen hacer no pocos esfuerzos para permanecer en una etapa que no quieren abandonar. Se resisten. La “etapa”, ya la “abandonó”. Pero ellos no logran “abandonar” esa “etapa” y pasar a la siguiente. En verdad, no quieren crecer. Hace ya tiempo, esto suele llamarse “el Síndrome de Peter Pan”.

Y esto puede suceder a todas las edades. Si bien no siempre es así, conocemos algunos chicos cuyos episodios de enuresis tenían y tienen esta razón de ser: permanecer siendo chicos.

También jóvenes que prefieren seguir siendo adolescentes. Y adultos que sólo ven irse los “dorados años juveniles”, quieren aferrarse a ellos, y nada positivo parecen encontrar en la adultez. Y personas mayores que miran con cierto resentimiento la vida que se escapa y con mucho temor la hora que se aproxima.

Muchas personas, de todas las edades, parecen querer hacer suyas esas palabras de un viejo bolero: “Reloj, no marques las horas”. Y no por un apego romántico que quiere atesorar en la eternidad un momento especial sino –más simplemente- para no pasar al próximo.

5ª. Tesis: La madurez se refiere a las *aptitudes* y a las *actitudes* que son esperables en una persona en cierto momento, o en cierta etapa de la vida, en relación con ciertas circunstancias concretas.

Juguemos con una aparente contradicción. Digamos, primero, que no hay hechos que de suyo y por su sola ocurrencia, nos hagan madurar. Pero también podemos decir que ‘toda ocasión es buena’: grandes o pequeños, importantes o insignificantes, los hechos han sucedido, están sucediendo, están allí con su invitación.

Dados los hechos, ¿de qué depende nuestra madurez? De nuestras aptitudes y de nuestras actitudes. ¿Qué son? Llamemos aptitudes a buena parte del bagaje con que contamos: fundamentalmente nuestra inteligencia, nuestra voluntad, nuestros talentos.

¿Que son las actitudes? Son hábitos disposicionales, fundamentalmente, espirituales: la humildad; la ingenuidad y la inocencia (que tan “mala prensa” tienen, salvo que hablemos de bebés y de pañales; como si en los jóvenes, adultos y ancianos no fuesen disposiciones necesarias); la confianza; la disposición para la aceptación; la apertura; la obediencia (habitualmente tan mal entendida, tan frecuentemente confundida con la sumisión y casi emparentada con una especie de derrota en un terreno de lucha de poderes sin amor); la entrega. A diferencia de las aptitudes –que en buena medida no caen bajo mi gobierno- lo contrario sucede con las actitudes: en buena medida caen bajo la esfera de mi libertad.

Yo no he podido decidir ser más o menos inteligente, o disponer de tal o cual talento. Este es el terreno de las aptitudes. En este terreno, se puede aplicar aquello de “lo que natura non da, Salamanca non presta”. Yo no me vuelvo inteligente o sensible a la música: simplemente, “de fábrica” dispongo de inteligencia y de tal o cual talento. Y desarrollo (o no desarrollo) estas aptitudes que tengo; se educan (o no se educan) esas características diferenciales, presentes -en mayor o menor calidad y medida- en cada uno de nosotros. Las actitudes, en cambio, dependen de mí: para el caso, mi apertura y mi

disponibilidad para con el desarrollo de esas aptitudes que descubro en mí persona. Ese desarrollo requiere de un trabajo y de mi intervención personal.

Pero, finalmente, digamos algo que -a veces- parece que olvidamos. En sentido estricto, las personas no podemos ser comparadas. “Dedales”, “baldes”, “barriles” o “tanques australianos”, todos estamos llamados colmar la medida. Madura de verdad, es aquella persona que -cerca el fin del viaje- casi ha colmado la suya.

21. EL MAL EN LA PSICOLOGIA Y EN LA PSICOTERAPIA ⁵⁶

“Pero, dónde se ha metido el mal?” Parece que desde hace un tiempo, alguna parte de la cultura ha comenzado a preguntarse seriamente por la cuestión del mal en la vida de los hombres.

Que lo hagamos quienes profesamos una fe e intentamos encarnarla en nuestras vidas –católica para mi caso- puede no resultar ninguna novedad.

Pero que Jean Baudrillard nos haya regalado hace casi tres décadas ese excelente libro que se llama “La Transparencia del Mal”, es algo digno de atención. Y precisamente del título de uno de sus capítulos, nos hemos permitido tomar el inicio de nuestro capítulo⁵⁷.

Del mismo modo, que hace bastante menos lo haya hecho también el cine, por ejemplo, de la mano de Al Pacino en la película “El Abogado del Diablo”, ya es para inquietarse.

Y que finalmente un filósofo contemporáneo dedique un trabajo de proporciones interesantes al asunto, resulta algo significativo. No hay más que ver el libro de Richard Bernstein, un jugoso volumen titulado “El Mal Radical: Una Indagación Filosófica”⁵⁸. Y esto es algo que –según creemos- ya nos exime de continuar justificando la razón de nuestro escrito.

⁵⁶ Con el título “Pero, ¿dónde se ha metido el mal?”, lo desarrollado a continuación ha sido publicado –con otras leves modificaciones- en el portal www.depsicoterapias.com, en el mes de enero de 2012.

⁵⁷ “La Transparencia del Mal”, Ed. Anagrama, Barcelona, 1991, cfr. pág. 90.

⁵⁸ Ediciones Lilmod, Bs. As., 2004.

Porque no se trata de moralizar el asunto (rápida 'etiqueta' con la que a partir de un malentendido se quiere hacer a un lado la cuestión y seguir adelante), sino –en principio- de reconocerlo.

Parece –decimos- que una parte de la cultura al menos, está como queriendo reconocer algo. Y parece que cuando lo trata seriamente y con hondura, ese algo no proviene de “otros mundos” (a la manera de un “alien”), sino que –muy concretamente- parece que los hombres (aunque no solo los hombres) tenemos algo ver en el asunto.

“¡Siempre se lo ha tratado y siempre hemos tenido algo que ver en el asunto!”, oímos que se nos dice. Y es verdad. Pero la todavía moribunda modernidad iluminista ha sido al respecto, y paradójicamente, demasiado griega.

Si miramos bien las cosas, en el imaginario y en las formulaciones de esa modernidad, el mal ha sido un suceso del cual los hombres, en definitiva, habríamos sido víctimas y actores involuntarios.

En todo caso, el mal –y sobre todo cuando se ha tratado de las víctimas- siempre parece provenir de algo extraño, distinto del común, o irracional: de un “malentendido”; de una enfermedad; de un “sector”; de “una facción”; de “un partido”; de una determinada cultura; lugares todos estos donde se ha querido que quede como “depositado” el origen del mal y el mal mismo. Y si pudo provenir por acaso de otro hombre, este resultará desfigurado y –en definitiva- inhumano. Sobre todo –como ya dijimos- por esa nota de “irracionalidad” que mencionamos (toda vez, claro, que el racionalismo identificó “lo humano” con su forma de entender “la razón”). Pero el mal no provendría de nosotros, los humanos pedestres. ¿No seríamos capaces de ello?

Desaparecidos los dioses griegos -que en con sus luchas signaban el destino de los hombres-, también el azar, la naturaleza, “dinamismos” de origen remoto inscriptos en nuestra psiquis, influencias ambientales, “sistemas” de variado signo y color han venido a reemplazarlos, y a querer explicar y a tratar de evitar lo innegable y –al parecer- inevitable: que “el mal” continúe siendo uno de los hechos vigentes en nuestras vidas. Al mismo tiempo, nos ha permitido –a los

humanos pedestres- seguir considerándonos, como quería Rousseau, “naturalmente” buenos.

Dentro del horizonte conceptual de esta modernidad “demasiado griega” – como quizás le gustaría decir a Nietzsche-, el mal siempre sucedía, como si dijésemos, a nuestro pesar, como una especie de fatalidad irredenta e irredimible. A veces, casi, sin nuestra intervención personal. El mal *sucedía* o *nos sucedía*, ya como víctimas, ya como victimarios, pero siempre como actores de una trama –en definitiva- ajena. *Pero no como autores personales y voluntarios de su acaecimiento.*

UNA MODERNIDAD DEMASIADO GRIEGA

Con todo, y para ser más precisos, vayamos un poco más allá. La modernidad algo **ha conservado**, algo **se ha negado** y algo **ha querido modificar**, si la confrontamos con el “mundo griego”⁵⁹.

Ha conservado el fatalismo griego y su inevitable (aunque comprensible) tono trágico: no hay salida y si creemos que la hay, es ilusoria.

Los arrebatos optimistas a los que dio lugar el “sapere aude!” de Emmanuel Kant no parecen condecirse con la experiencia contemporánea.

Al respecto, en estos estadios terminales de la modernidad que transitamos, es clara y común esta experiencia de agobio y clausura. Pero ya promediando la década del 60’, en la literatura, Borges advertía ese tono y lo señalaba con toda fuerza⁶⁰:

Aquello a lo que entendemos **se ha negado** la modernidad iluminista, entre otras cosas, es **a una adecuada consideración metafísica de la realidad y –**

⁵⁹ Sobre el particular de la decisiva influencia de la modernidad iluminista en la cultura pero –particularmente- en la Psicología, remitimos al lector a los numerosos trabajos de Alberto Fariña Videla, quien tanto en artículos, como en participaciones en Simposios organizados por la Fundación Arché y por otras entidades, al igual que a lo largo de toda su tarea docente, ha desarrollado ampliamente este asunto de crucial importancia. En este artículo, nos servimos bastamente de sus aportes. Por ejemplo, ver “Breve y Necesaria Inquisición”, de Ed. Arché, Bs.As.

⁶⁰ Ver ARTE POETICA – Seis Conferencias. Jorge Luis Borges. Editorial Crítica, Barcelona, 2001. Pág. 67 / 68

junto con ello-, a considerar la experiencia y la iluminación provenientes de la fe. Esto pudo no ser plenamente perceptible en los primeros dos siglos de la modernidad, pero se ha vuelto palmario y evidente en los siguientes hasta nuestros días, una vez que la modernidad fue desplegando sus virtualidades secularistas y éstas, irradiaron capilarmente en todos los espacios de la cultura y la sociedad.

Y creemos que puede entenderse el porqué: la modernidad iluminista nació como una herejía cristiana y conservó de ella –bien que secularizadas- no pocas de sus improntas, nociones y aspiraciones. Así, por mencionar algunas, la idea de progreso y la idea de fraternidad, originalmente cristianas, resultaron vaciadas de su sentido y referencia trascendentes. (Digamos, simplemente para aclarar el punto, que resulta difícil –por ejemplo- hablar de fraternidad entre los hombres anulando, al mismo tiempo, una referencia a un Padre común).

Primero, procedió a separar y enajenar lo trascendente y lo inmanente. Después, alejado Dios de los hombres, a cerrarse en la inmanencia.

Tres siglos y medio después de su irrupción Baudrillard nos expone este fruto moderno de la manera que podemos leer enseguida: *“Nosotros hemos liquidado el afuera. Otras culturas más extrañas viven en la posternación (ante las estrellas, ante el destino), nosotros vivimos en la consternación (por la ausencia de destino). Todo tiene que venir de nosotros mismos. Y, en cierto modo, esto es la desdicha absoluta.”*⁶¹

Por último, desaparecidos los dioses griegos y declarada la muerte del Dios judío, cristiano e islamita, la modernidad iluminista –tanto en su versión racionalista, cuanto en su versión empirista- **ha querido modificar** el destino de ese persistente (y a sus ojos perturbador e ilusorio) movimiento humano en pos del absoluto: no pudo, entonces, sino depositar remedos de “fe” y de “esperanza” en sus propios desarrollos y –entre ellos- en la ciencia y la tecnología, que han sido “las niñas” de sus ojos.

Algunos autores, incluso, han supuesto que los avances de la ciencia harían que el mal fuese inexistente. Muchas novelas dieron cuenta de ello,

⁶¹ Op. cit., pág. 155.

imaginando y proponiendo “mundos científicamente organizados”, a la manera – por ejemplo y entre otros- de la novela “Walden 2”, que promediando el S. XX publicó el recordado colega B. Skinner.

También a mediados del siglo XX, otro renombrado psicólogo, Erich Fromm, en su libro “Psicoanálisis y Religión” -y tomado todavía por un optimismo propio del cientificismo decimonónico-, llega a sugerirnos que en un futuro que él entrevé cercano, ya no será necesario rezarle a Dios Padre por el pan de cada día: los avances científicos habrían de procurar alimento para todos, eliminando ese mal tan evidente que es el hambre de tantas personas en el mundo⁶².

Ahora, entrado el siglo XXI, parece que estamos en condiciones de reconocer, sin apasionamientos, que ellos –junto con tantos otros- se han equivocado. Y que el “modelo de mundo” y de “sujeto” al que estaríamos arribando, se parece más al descrito por la película “Matrix”. Y que estamos arribando a él justamente de la mano de los desarrollos científico-tecnológicos. Y no porque los desarrollos científico-tecnológicos sean en sí mismos negativos, sino sencillamente y según parece, por cómo los hombres nos servimos de ellos.

SOBRE LA LIBERTAD Y EL DETERMINISMO

Y era claro porqué el mal resultaba comprendido de ese modo. Suponer otra cosa –suponer que un sujeto particular bien puede ser **causa** del mal-, abre paso a la aceptación de la libertad humana. Y la modernidad secularista ha trabado dura lucha con la libertad del sujeto, en su afán por negarla o desconocerla. Lucha paradójica –una vez más-, por cuanto esa misma modernidad se ha querido presentar como un movimiento liberador.

⁶² “Psicoanálisis y Religión”, Ed. Psique, Buenos Aires, 1976. Nuestro autor dice textualmente: “Cuando no se habían desarrollado las fuerzas productoras que el hombre había de crear en la agricultura y la manufactura de artículos, tenía que pedir ayuda a los dioses” (p. 136). “Si la humanidad es capaz de producir lo bastante para alimentar a todos los hombres, no tiene que pedir a Dios el pan de cada día. El hombre se lo puede proporcionar con su solo esfuerzo. Cuanto más progresan la ciencia y la técnica, menos necesario es encargar a la religión una tarea que sólo es religiosa en términos históricos, no en términos de la experiencia religiosa” (p. 137 y ss.).

En nuestra ciencia –al igual que en otras-, esa lucha adquirió la forma del “determinismo”. Y aunque hace ya muchos años y de la mano de Heisenberg la Física vino a introducir la noción de “indeterminación”⁶³, buena parte de la Psicología – que tanto ha abrevado en aquella- no pareció tomar debida nota de ese componente de “vacilación” que se introducía y que venía a modificar sustancialmente la manera en la que querían ser comprendidos los fenómenos y, especialmente, las causas.

No se trataba de hablar de libertad en el terreno de la Física, claro, pero echaba por tierra el hasta entonces modelo explicativo dominante en todas las ciencias: el modelo mecanicista y materialista. En psicología, como bien sabemos, las corrientes más difundidas, se han venido apoyando en ese paradigma.

Sin embargo, es justo señalar que algunos autores y escuelas psicológicas sí tomaron nota de algunos de los aspectos críticos a los que dio lugar la crisis del mecanicismo. Pero no del sustancial que nos ocupa.

Así, ante la evidente insuficiencia de los modelos deterministas mecanicistas y materialistas de los que da cuenta Heisenberg, parte de la psicología ya venía intentando reemplazarlos por el modelo también determinista y materialista pero, dialéctico.

Otros, en fin, apelaban a sincretismos de variado tono, pero acordaron en lo sustancial: sostener el “determinismo”, negar la libertad humana, abundar en el desarrollo de “sistemas” que garantizaran que el mal no sucediera. O suponer que el mal consistía o que era causado, fundamentalmente, por una suerte de “mal funcionamiento” social, o por una especie de “inadaptación” individual.

Del mismo modo, hay quienes todavía alentados por el espíritu de autonomía propio del iluminismo que se derrumba ante nuestros ojos –pero buscando soluciones en criterios pragmáticos y de funcionalidad-, entienden que es posible no abrir juicio sobre cuestiones de fondo como la conciencia, la mente, Dios, la materia, toda vez que no tendrían cabida en una concepción idealista como la que abrazan y en la que quieren fundar sus acciones y pareceres.

⁶³ Cfr. “La Imagen de la Naturaleza en la Física actual”, Werner Heisenberg, Ed. Ariel, Barcelona, 1976

Hoy se habla de “incertidumbre”, de “teoría de la complejidad” y de “teoría del caos”. Y en nuestros días, algunos autores en psicología parecen haber hecho suya aquella expresión que aludía a las “vanas discusiones de los filósofos”⁶⁴.

No se detienen a discutir el materialismo, acaso apasionados por los mundos virtuales y los modelos cibernéticos, a partir de los cuales se quiere explicar, prever y –si fuese posible- controlar y planificar el comportamiento de los sujetos.

Pero resulta de lo más inquietante a la vez que aleccionador, percibir que el mal continúe sucediendo, pese a todos estos esfuerzos.

Y me parece que seguir sosteniendo –como se hacía en el siglo pasado- que los males continúan produciéndose porque no se han aplicado los remedios que la misma modernidad iluminista ha previsto, a esta altura es –cuanto menos- de una gran ingenuidad. Y suponer que los desarrollos tecnológicos posmodernos

⁶⁴ Así, por ejemplo, un reconocido profesional como Humberto Maturana, en su trabajo “Realidad: la búsqueda de la objetividad o la persecución del argumento que obliga” (ver “CONSTRUCCIONES DE LA EXPERIENCIA HUMANA”, Vol. I, Marcelo Packman [compilador], Ed. GEDISA, 1º Edición, Barcelona, 1996), trata de distinguir una “*objetividad sin paréntesis*” de otra “*objetividad entre paréntesis*”. Nos dice lo siguiente: “En el camino explicativo de la objetividad sin paréntesis, el observador acepta que la existencia tiene lugar independientemente de lo que haga, que las cosas existen independientemente de que él las conozca o no, y que él puede conocerlas, conocer acerca de ellas, a través de la percepción o de la razón. En este camino explicativo, el observador utiliza una referencia a alguna entidad tal como la materia, la energía, la mente, la conciencia, las ideas... o Dios, como su argumento fundamental para validar y, por lo tanto, para aceptar una reformulación de la praxis del vivir en tanto explicación de algún aspecto de la praxis del vivir. (...) este camino explicativo es constitutivamente ciego (o sordo) a la participación del observador en la constitución de lo que él acepta como una explicación. (...) En este camino explicativo, una pretensión de conocimiento es una demanda de obediencia”. (pág. 56/57). **Contrariamente, el camino propuesto por Maturana es el siguiente:** “En el camino de la objetividad entre paréntesis, la existencia es constituida por lo que el observador hace, y el observador trae a la mano los objetos que distingue con sus operaciones de distinción en tanto distinciones de distinciones en el lenguaje. (...) En el camino de la objetividad entre paréntesis, el observador constituye la existencia con sus operaciones de distinción. (...) ...en el camino explicativo de la objetividad entre paréntesis, el observador se encuentra a sí mismo como la fuente de toda realidad a través de sus operaciones de distinción en la praxis del vivir...” (pág. 59/60).

y pos-pos modernos lograrán hacerlo, es no mirar adecuadamente lo que sucede en el mundo en el momento en que escribimos estas líneas.

VICTIMAS SIN CULPABLES

Una víctima de esa paradójica lucha de la modernidad a las que nos referimos más arriba, vino a ser la concomitante **culpabilidad** que podía haber.

Esta, supo desdoblarse primero y licuarse después: el *sentimiento* de culpabilidad vino a ocupar todo el lugar de la *culpa*, un lugar incómodo y cuasi absurdo, toda vez que no habría **autores** de ese mal acaecido (y si los hubiese, por cierto no seríamos los hombres) ni –tampoco- un orden real que resultara vulnerado y ante el cual confrontar los actos.

En todo caso, cualquier eventual “orden”, resultaba fruto de un “consenso” y, como tal, podía dar paso a un “consenso” diferente, según las leyes de la evolución de la cultura, según las épocas, según las circunstancias: no habría un “*en sí*” violado por quién se siente o se cree culpable, simplemente porque no hay un “*en sí*” en el reino **metafísico** del “principio de incertidumbre” de Baudrillard, o en el horizonte también metafísico de la “nada” lacaniana, ni en el empirismo que alimenta otros desarrollos en psicología.

Normativas, ilusiones y deseos varios, maneras de ver o de actuar prescriptas por una determinada enseñanza, por una determinada cultura, por determinadas creencias o convicciones, por ciertos hábitos, habrían inspirado –al ser violadas- ese castigo que toma la forma de “sentimiento de culpabilidad”.

La ocurrencia del mal vino a ser algo así como un problema pedagógico: una vez más, a la manera griega, específicamente socrática, que identificaba la ocurrencia del mal con la ignorancia. Los hombres no sabrían lo que hacen cuando hacen el mal.

¡Claro que se han vivido y que se viven atrocidades! Quizás el último siglo y el inicio de éste, nos ha permitido asomarnos a los abismos del mal como ningún otro en la historia de la humanidad: Hitler y los campos de concentración, Hiroshima, Stalin, la Torres Gemelas, son sólo algunos de los ejemplos más

públicos y dolorosos de los que todos podemos echar mano. Contemporáneamente, nuevas formas de terrorismo, a escala planetaria, inundan nuestras vidas y nos llenan de estupor y de dolor. El hambre, las muertes, la exclusión y la miseria se nos presentan de manera incontrastable todos los días.

Y difícilmente no estemos de acuerdo: **eso es el mal**. No todo el mal, seguramente, pero -sin duda- es el mal en algunas de sus caras más terribles.

Sin embargo, no es en el terreno de estos males públicos, téticos y notorios donde nosotros queremos centrarnos. Aunque sí sabemos algo: que los actores de aquellos males citados han sido hombres, varones y mujeres concretos, con una historia concreta, que alguna vez han caminado por las calles como lo hacemos todos y cada uno de nosotros, que todos han sido niños, que han tenido familias, amigos y enemigos, que varios han ido a la escuela y a la universidad, que han tenido convicciones y creencias, que se han alegrado y entristecido, que han padecido enfermedades y han gozado de salud, que han amado, han odiado, que han tenido miedos y esperanzas. Y que muchos han muerto.

Una derivación de la visión maniquea aplicada al asunto puede resultar tranquilizadora, pero no es verdadera. Los “buenos” y los “malos” no son esencialmente diferentes: todos son personas. Todos somos personas.

No se trata ni de “mala conciencia” ni de “buena conciencia”. Se trata, simplemente, de conciencia.

Pero nosotros –como dijimos- no queremos dedicarnos a considerar el mal desde la perspectiva que venimos dejando delineada sino, más sencillamente, queremos abordarlo en relación con el “microespacio” –digámoslo así- de nuestra psicología, de nuestros consultorios y de nuestra práctica cotidiana de la psicoterapia.

ACERCA DE LA NEUTRALIDAD Y LA OBJETIVIDAD

Y comencemos con una declaración, que es -a la vez- un antecedente. Hace ya varios años el psiquiatra norteamericano **Scott Peck** (autor, entre otras

obras, de “La Nueva Psicología del Amor”) escribió un libro llamado **“El Mal y la Mentira”**⁶⁵.

Una de las tesis del texto es que junto con la enfermedad y el dolor, en el consultorio y en la práctica cotidiana con nuestros pacientes, los terapeutas nos encontramos y nos enfrentamos, precisamente, con el mal y con la mentira. Y que las herramientas con las que contamos –provenientes la mayoría de ellas del acervo de la ciencia psicológica crecida según los principios de la modernidad iluminista- no nos son suficientes ni adecuadas para comprender y valorar correctamente estas situaciones.

En concreto y a título de ejemplo: no todo es inmadurez, confusión, insatisfacción, “error de elección” o “incompatibilidad de caracteres” en la infidelidad de una persona. Esta, que de suyo es “un mal”, no parece algo necesario y –como tal- pre-escrito en la vida de sus protagonistas, que bien han podido hacer otra cosa. En el mismo sentido, no está pre-escrito en la vida de la madre abandonada por la suya –y que ahora abandona a sus propios hijos- no está pre-determinado, digo, ni que vaya a abandonarlos ni que lo haga solamente porque fue abandonada.

Ni todo ni siempre un trastorno serio en el gobierno de los impulsos “explica” la violencia de un hombre para con su pareja. Ni tampoco un sistema familiar enfermo, ni la manera en que procesa y organiza la información de que dispone.

No es necesario que un niño que ha crecido en una familia violenta, sea violento el día de mañana. Dudar de que se encuentre fuertemente condicionado en ese sentido, o que sus aprendizajes lo inclinen tanto a la violencia cuanto a cierta familiaridad con ella -que puede hacer que le resulte ¡casi natural!- sería desconocer infinidad de testimonios que concretamente muestran lo que decimos. Pero ello no parece suficiente, aunque pueda resultar un serio atenuante.

Otro tanto podríamos decir si nos abocamos al mal del aborto: en los casos que conocemos, ninguna persona tuvo la experiencia de estar optando por un bien.

⁶⁵ Editorial Emecé, Bs.As., 1983.

En todo caso, aquello en lo que se han apoyado para tal decisión (y nos referimos tanto a las mujeres cuanto a los varones) ha sido en un discutible “mal menor”. El aborto, en tanto que tal no es deseado por nadie pero, sin embargo, resulta consentido por algunas personas.

En todos estos casos, al igual que en tantos otros, la cuestión sigue siendo si los sujetos concretos de quienes se trata, en sus situaciones concretas y con sus historias concretas, pudieron o no pudieron hacer otra cosa.

Si no pudieron, pues entonces hemos de aceptar que en la historia de una persona, o en la manera en que esta valora su situación y sus condiciones, está escrito su futuro: podrá cambiar el escenario, podrán modificarse los actores, se tratará de una “versión” con matices diferenciales, pero la trama de fondo, la trama de la obra de su vida, ya habrá sido escrita. Y no precisamente por él, sino por sus circunstancias históricas o por su situación actual.

Por el contrario, **si efectivamente pudieron** y, con ello, fue posible **desde el sujeto** que las cosas resultaran de otra manera, habrá que aceptar –cuanto menos como hipótesis- la libertad de ese sujeto.

Porque seguir suponiendo como hacía el viejo positivismo que lo que sucede es que aún no conocemos o no hemos podido determinar las causas que movieron **necesariamente** a este sujeto en particular a tal o cual comportamiento, y que lo que tenemos los humanos es la “sensación de libertad” en vez de una libertad verdadera, ya no parece posible.

Sobre la tierra, hay violencias físicas, la guerra, la tortura, el asesinato. Pero también hay violencias y daños sutiles que se disimulan con el juego de las astucias, en las sospechas, en la desconfianza, en la humillación, en las promesas no cumplidas, en deliberados dobleces.

También en silencios deliberados, cuando se necesita una palabra o una mirada, y la situación lo requiere. En palabras meditadas, que reconocemos hirientes y gratuitas. En aquel rencor que las alimenta y en el cual –a veces- nos solazamos. En la dureza con la que nos defendemos de una súbita ternura que irrumpe de manera “inoportuna” en nosotros, ternura que nos negamos y que negamos al otro.

O en el momento y la situación exacta –tantas veces recordados por nuestros pacientes- en que decidieron o tomaron una actitud que los llevó, a veces muchos años después, a nuestros consultorios en busca de ayuda para desandar el camino.

Por eso y como bien sabemos, no siempre “no nos dimos cuenta” o cometimos un error, sino que –mucho más simplemente- mentimos. Y todos aquellos que tenemos algunos años en la práctica de la profesión, conocemos bien cómo en torno a una mentira –no pocas veces- se “construye” toda una vida: una mentira vital, que tarde o temprano, se desmorona. Y todo esto, también forma parte de la práctica de la psicoterapia. Porque forma parte de la vida de las personas.

No todo es “neurosis” (¡a cuántos equívocos se ha prestado esta palabra que casi ha caído en desuso!) u otro tipo de trastorno de diverso signo, profundidad y gravedad que –en tanto que presentes y activos en la configuración de la personalidad de un sujeto- terminan por dictar lo que sucede en la vida de las personas o las acciones que realizamos u omitimos, o los pensamientos que compartimos o callamos.

Ya no es posible atribuir toda simulación a un diagnóstico de histeria. Ni siquiera a un diagnóstico de histeria bien formulado⁶⁶.

Me parece que nuestra ciencia y nuestra práctica cotidiana están ya lo suficientemente maduras como para poder preguntarse sinceramente algunas cosas.

⁶⁶ El psicoanalista Heinz Kohut, por ejemplo –que al igual que Lacan padeció *persecución y exilio* por parte de sus pares por atreverse a pensar diferente- reconocía una suerte de zona libre de conflictos en el psiquismo de los sujetos, desde la cual y a partir de la cual, incluso un sujeto con serios padecimientos, adoptaba actitudes. En su obra clásica, “La Restauración del Sí Mismo”, Kohut se refiere a la presencia en el sujeto de un “centro activo”, “confiable”, “previo”, que actúa como “continuo integrador de impulsos”, que es un “agente iniciador y ejecutivo”, a partir del cual los movimientos humanos serán más o menos libres - aunque siempre libres- en dependencia del mayor o menor grado de cohesión o fragmentación, precisamente, del sí- mismo. Cfr. op.cit., Ed. Paidós, pág. 13 a 18; 58 a 104; 174 a 184, 185 a 213, entre otras).

¿En qué sentido podemos seguir hablando de “neutralidad” en el ejercicio de nuestra tarea cotidiana? ¿Qué modelo de “objetividad” es el que alimenta nuestra praxis? ¿Es realmente posible no realizar “juicios de valor”? ¿Es terapéutico no realizarlos?

¿Continuamos creyendo que un “sistema” nos proveerá del remedio contra el mal? ¿Es disfuncional la experiencia de la culpa? ¿Debemos ocuparnos del perdón? ¿Debe la Psicología contribuir a la comprensión y al desarrollo del sujeto según el “modelo Matrix”⁶⁷?

Definamos algunos puntos y dejemos asentadas algunas paradojas, teóricas por lo menos, ya que la práctica de la psicoterapia suele diferir bastante de lo prescrito por la mayoría de los modelos teóricos que le darían sustento. ¡Y está bien que así sea!, porque la psicoterapia es una práctica, un arte –si se quiere-, y no una ciencia o una disciplina.

Si por “neutralidad” se entiende “no tomar partido”, vamos mal: los profesionales de la salud mental tomamos partido por la salud de nuestros pacientes, por la mejora de sus vínculos, por la resolución de sus problemas. Trabajamos asiduamente en beneficio de quienes nos consultan y requieren nuestra ayuda y lo hacemos regularmente con un compromiso fuerte y sostenido en el tiempo.

Nuestros pacientes distan mucho de ser, para nosotros, “objetos de estudio” o “conejiillos” en los que aplicamos determinadas “herramientas” o con los cuales “ensayamos” procedimientos, metodologías o recursos técnicos: más bien y sobradamente, podría decirse todo lo contrario.

⁶⁷ Obsérvese a este respecto, que parte importante de la Psicología parece que ha dado un “salto”. Durante años la psicología experimental –de la mano del positivismo, de las ciencias naturales y de un evolucionismo crudamente darwiniano- quiso servirse de observaciones y estudios realizados en variados animales, que luego extrapolaba al sujeto humano como si entre aquellos y estos la diferencia radicase en un continuo de creciente complejidad. En la actualidad, los desarrollos sedicentemente más avanzados se sirven de modelos cibernéticos. Lo que nos sorprende de estas posiciones -lo sorprendente del “salto” aludido-, es que “lo saltado” o lo nunca suficiente o adecuadamente abordado, es el sujeto humano.

Los profesionales “psi” nos interesamos por nuestros pacientes, nos preocupan y nos ocupan, nos alegramos y entristecemos con ellos, nos duelen sus dolores que pasan a ser nuestros y disfrutamos con sus logros y sus cambios. ¡Todo bastante lejos de la “neutralidad” que nos ha sido prescripta en las Facultades donde hemos cursado nuestros estudios!

Y creemos –alejados de toda eventual “megalomanía” según pasan los años- que de verdad colaboramos en que quienes nos consultan sean, en definitiva, más felices. Todos los días, a cualquier hora del día, alguno de nosotros se encuentra en dramático combate contra todo aquello que hace daño a las personas. Y eso que hace daño –en cualesquiera de las formas en que queramos reconocerlo-, es el mal.

Pero si por “neutralidad” entendemos la negativa a formular “juicios de valor” y a reconocer y favorecer determinadas acciones en pos de determinados fines, entonces, ¡vamos mucho peor! Porque, ¿qué cosa son –sino- los criterios de “adaptación” o de “funcionalidad” o de “reorganización” que persiguen algunas orientaciones psicológicas y sobre cuyos presupuestos encaran la praxis? ¿Y qué cosa es el trabajo que –análisis de la transferencia mediante- se realiza desde algunas posiciones psicoanalíticas? ¿Qué puede decirse, al respecto, si aquello que se persigue es operar sobre “falsas creencias (esquemas)” o “supuestos desadaptativos específicos” en la persona de los pacientes?

Estas pretensiones y las acciones consecuentes (“la dirección de la cura”, diríamos con Lacan) suponen, descansan y se orientan sobre toda una serie de principios, muchos de ellos explícitos, relacionados con lo que se entiende resulta el “bien” de los “sujetos” (según las diferentes maneras en que se lo concibe, claro, tanto al bien como a los sujetos).

Las diferentes psicologías, bien que les pese a muchos de sus autores y cultores, se parecen demasiado a lo que desde hace muchos, muchos años, se llama **moral**. Y la práctica de la psicoterapia, a una suerte de ejercicio de **la prudencia** a partir y en pos de lo sostenido por aquella.

No abundaremos en lo referente al modelo de “objetividad”, por cuanto tal y como fue concebido por el positivismo, en el transcurso de último siglo y medio

hasta nuestro días –y como es bien sabido- ha sido ampliado, modificado, invertido y finalmente, “barrido” en todas las ciencias que tanto respeto nos merecen. Y junto con él, claro, también ha caído el modelo de “subjetividad”. Ambos “estatutos” –el del objeto y el del sujeto- tal cual se los ha venido concibiendo por las concepciones dominantes, han vivido su constitución, su plenitud, su decadencia y finalmente, su muerte.

¿Quién conoce?... ¿quién conoce qué cosa?, podemos preguntarnos hoy con toda tranquilidad. “¿Es real la realidad?”, nos preguntaba Watzlawicz desde unos de sus libros, promediando la segunda mitad del S. XX.

Años después, mucho más afirmativa y rotunda resulta la pregunta de Baudrillard: “¿Por qué existe nada en vez de algo?”⁶⁸. Nos muestra así el final del recorrido metafísico de la modernidad, que la posmodernidad ha querido abrazar como su punto de llegada.

Al mismo tiempo, nos ayuda a poner de relieve aquello que debe ser revisado si de verdad se quiere una Psicología acorde con la verdad del hombre y una Psicoterapia al servicio de su plenitud.

EXCURSUS FINAL

Sin embargo, entre las cosas que debemos agradecer a este derrotero, se encuentra el habernos conducido hasta el fin de las actitudes dogmáticas, que ya no tienen cabida en la cultura. Y con ello, el haber generado –bien que más por necesidad que como conclusión de su propio desarrollo- una común disposición de apertura y diálogo.

Este parece un buen tiempo, lleno de desafíos y –lejos del anunciado “fin de la historia”- nos ofrece la oportunidad de escribirla aprendiendo del pasado y con vistas a un futuro más plenamente humano, sirviéndonos de la experiencia que nos ofrece el presente.

Para el cristiano que además es psicólogo, el mal siempre ha sido un misterio, pero nunca ha sido un problema. Sabe que el corazón del hombre es “un campo de batalla” y que cada hombre –lejos de ser un espectador pasivo- es un

⁶⁸ Cfr. “El Paroxista Indiferente”, Ed. Anagrama.

prolífico autor, a la par que un actor protagónico. Se sabe también un invitado agradecido a participar en la fiesta de la vida que él también está llamado a escribir con la suya propia.

Sabe que junto con él operan otros autores y actores en la historia, que no es él quien la ha creado, y que si por un lado actúan y operan en su vida un sin fin de determinaciones y condiciones que él no ha podido elegir (y que constituyen un parte significativa de la “materia prima” de sus decisiones), al mismo tiempo se reconoce con una indiferencia activa: nada lo mueve necesariamente, aunque las inclinaciones y las rupturas sean fortísimas, pudiendo ser el caso –incluso- de que pierda en la “batalla”, sin por ello dar su consentimiento.

La frescura y el vértigo de la libertad se abren en el horizonte que se aprisiona en cada instante. El gozo del bien y la dignidad del perdón, el riesgo de perderse y la certeza de la salvación a su alcance, dan a la vida un horizonte certero y una perspectiva vital y poderosa, no para el mañana y después, sino en el aquí y ahora de la experiencia.

El cristiano sabe, como Baudrillard, que: “Todo lo que expurga su parte maldita, firma su propia muerte. Así reza el Teorema de la parte maldita”⁶⁹.

Y, en efecto, esto es verdad. Y esto es lo que ha querido hacer la modernidad iluminista consigo misma y lo que ha pretendido para con sus frutos: expurgar la parte maldita. Y con ello, ha firmado su propia muerte.

Pero el cristiano sabe, además, que el mal no puede ser “expurgado”, aunque sí ha podido ser **redimido**. Y que él está invitado a participar activamente con su libertad en el drama de la historia -de la historia común y de la historia de cada uno de aquellos con quienes se encuentra-, hasta su cumplimiento.

Por eso, el “teorema cristiano”, si se quiere, también reza. Pero lo hace así: “...no nos dejes caer en la tentación, y líbranos del mal...”.

⁶⁹ “La Transparencia del Mal”, p. 115

22. SEA MAS PACIENTE QUE EL PACIENTE: NO PELEE DONDE ESTÁ LA RESISTENCIA

Una querida colega comentó una vez los dichos de un profesor suyo: “Para ser un buen terapeuta, hay que tener mucho culo...”, decía esta colega que había dicho el profesor, mientras se daba unas palmadas en sus propias nalgas.

¿A qué se refería aquel docente? No por cierto a la fortuna –aunque nunca estará de más-, sino a la necesidad de estar sentados muchas horas. Y, sobre todo, a la paciencia.

Y no se trata de una paciencia “ciega”, sino de la paciencia enfocada y sostenida por la verdad de fondo del paciente, que aún no aflora del todo, que aún no termina de dar los pasos decisivos y de manifestarse de manera clara y concluyente. Desarrollemos un poco este punto.

Cuando uno ve algo, a veces la convicción es tan fuerte que resulta muy difícil sustraerse a ello o posponer su eventual eficacia, o hablar de otra cosa.

Pero lo que Ud. ha visto –que es muy importante-, sin embargo, no es lo más importante en la terapia si su paciente no lo ve con Ud.

Justamente *si lo que usted ve es verdadero* en relación con el paciente, o en relación con su situación, o en relación con su configuración psicológica, o en relación con su comportamiento (o en relación a todo ello), Ud. debe contribuir a que su paciente vea *por sí mismo* las cosas de ese modo.

Y no es nada ocasional que la “resistencia” que el paciente esgrime esté precisamente al servicio –contradictorio o paradójico- de no ver eso y de mantenerse en su propia mirada, de continuar en el mismo lugar en el que está.

¿Cuál es el sentido, entonces, de persistir –desde nuestro lugar profesional- con una interpretación o un señalamiento o un silencio que inevitablemente va a “chocar” con la resistencia del paciente? En todo caso, lo mejor, será cambiar de tema. A la espera de una mejor o de una nueva oportunidad.

Por otra parte: no pocos pacientes que recibimos se quejan de anteriores terapeutas refiriendo que cualquier descuerdo, era interpretado como resistencia.

A esta altura –y con las salvedades del caso- tiendo a creerle a los pacientes. ¿Por qué? Porque a veces, es cerrazón de nuestra parte, o “ideologías” o criterios vitales dispares vueltos en criterios terapéuticos, o evidentes faltas de “timing”.

Como sea –y en el caso en que efectivamente sean resistencias- no conviene luchar contra ellas de modo directo, aunque sí indirecto o mediante maniobras distractivas o mediante otras técnicas. Nos ocuparemos de ello un poco más adelante.

Pero para hacer esto, y hacerlo bien, se requiere de paciencia.

23. VARIACIONES SOBRE “YO SE LO DIJE”: HUYA DE SU NARCISISMO

Entre las muchas cosas que pueden molestarnos a los terapeutas podríamos incluir a algunas de estas experiencias.

Primera: un paciente nos cuenta en una sesión que finalmente ha cortado una larga relación amorosa sin futuro, y en la cual –casi invariablemente- ha resultado lastimado. Desde hace bastante tiempo el tratamiento ha girado en torno a esta relación negativa para la vida del paciente, y a la necesidad de ponerle fin.

Usted, de diferentes maneras, ha insistido en ello desde hace meses cuando la ocasión así lo aconsejaba, ha estado apoyando los intentos de su paciente por romper el vínculo y estimulándolo indirectamente a una mayor apertura y riqueza en su vida de relación. Sin embargo, aún cuando varias veces pareció que lo esperado después de tanto esfuerzo estaba a la vista, sus empeños han sido infructuosos.

Pero ahora el paciente le cuenta que hace pocos días se encontró con un compañero de la Facultad, al que hacía tiempo no veía. Fue un encuentro casual, en la calle, a mitad del camino que ambos llevaban, a lo sumo dos o tres minutos de conversación y puesta al día rápida de la situación de cada uno y de una promesa dudosa de volver a encontrarse con más tiempo para seguir conversando.

“¡No te puedo creer! ¿todavía estas saliendo con Florencia?!”, dijo el amigo rápidamente, antes de pasar a preguntar por la familia y la incipiente vida profesional. Un abrazo. Fin del encuentro.

Su paciente relata: “Encontrarme con Mario, me dio vuelta la cabeza... ¡qué tipo bárbaro!... dos minutos con él y me di cuenta que mi vida está como parada... que hace mucho que sucede siempre más de lo mismo... y allí mismo, a las dos o tres cuerdas, la llamé al celu y le dije de encontrarnos para hablar. Y fuimos... y corté... y la verdad que me siento aliviado, todo lo contrario de lo que yo creía que me iba a pasar si cortaba... es muy pronto todavía... pero fue bárbaro poder hacerlo... digo... ¿cómo puedo estar tan lejos de Mario?, ¿por qué no nos vemos más seguido?... no... si yo estaba con la cabeza todo el día metida en un embudo...”.

Y a veces, uno puede sentir o tener ganas de decir cosas como estas: “Pero, ¿no venimos nosotros hace meses hablando de esto mismo? ¿No soy yo quién más te ha insistido en la necesidad de cortar esa relación y el que ha venido acompañando y ha sostenido tus idas y vueltas permanentes y tu indefinición? ¿No he sido yo quien con amoroso cuidado te he curado las heridas habituales que te causaba esa relación? ¿No me corresponde prácticamente todo el “crédito” de esta necesaria pero tardía decisión?”

¿No ha sido mía esa idea del “embudo” que ahora consideras como un hallazgo tuyo? ¿Quién es Mario, que ahora se lleva tu aplauso, admiración y agradecimiento?... ¿dónde estuvo, o dónde estaba durante todo este tiempo? ¿Cómo puede ser que atribuyas a dos minutos de charla en la calle más peso que a todo este tiempo de trabajo en la terapia?”.

Segunda. Un paciente se empeña en llevar adelante un proyecto claramente inviable. Ud. entiende –por otra parte- que un nuevo fracaso no va a ayudarlo a darse cuenta de aquello que ya se ha mostrado, reiteradas veces, frustrante. Más aún: Ud. ve que ese empecinamiento del paciente es un modo renovado de resistirse a cambiar y también de resistencia en relación con la terapia.

Por otra parte, ha conversado claramente estas cuestiones con él en terapia, las han analizado, las han visto juntos y han estado de acuerdo. El paciente, como resultas de estas recientes conversaciones... efectivamente reitera su empecinamiento y se renueva el círculo de la frustración.

A la siguiente sesión, su paciente le brinda un pormenorizado relato de lo sucedido sin que –al parecer- haya incluido nada de lo conversado en sesión (en más de una oportunidad, por cierto). Usted puede ser que tenga ganas de decir: “Yo se lo dije... Era muy claro que lo que venía sucediendo, iba a suceder de nuevo. Incluso recuerde que unas pocas sesiones atrás lo charlamos y casi pudimos anticipar lo que podía pasar si llevaba adelante su proyecto. ¿Por qué lo hizo... si Ud. estaba de acuerdo conmigo cuando conversamos el asunto?”.

Puede, también que Ud. esté enojado y sienta y piense cosas como estas: “¿Cómo puede ser que otra vez haya sucedido lo mismo? ¿Qué sentido tiene que continúe viniendo si nada de lo que venimos trabajando lo va a tomar en cuenta? ¿Para qué me cuenta ahora que se siente mal, que ésta vez –por un momento- pensó que iba a ser todo diferente y que después, de pronto, todo se vino abajo? ¿Será que prefiere no salir del círculo vicioso ‘ilusión-fracaso-dolor-ilusión’ y que lo único que busca es mi consuelo?”.

Ante estas experiencias, así como ante otras similares que seguramente el lector podrá agregar, huya de su narcisismo. Evite el “yo se lo dije”. Haga de cuenta que todo es nuevo y alégrese del cambio producido (si fuese el caso) y sorpréndase cuando se reiteren situaciones (como si –efectivamente- fuesen nuevas). Luego, en otro momento, se sacarán las conclusiones que sean vitalmente necesarias.

24. SOBRE LAS “FUENTES DE ABASTECIMIENTO” Y LOS “BENEFICIOS SECUNDARIOS”

Nuevamente Pascal viene en nuestra ayuda. Y dice: *“Hay vicios que se aferran a nosotros a través de otros y que si quitamos el tronco le seguirán las ramas”*⁷⁰.

Comencemos con algunos ejemplos. Muchos padres se quejan de algunas cosas relacionadas con sus hijos -¡y hacen bien!, pero son ellos mismos quienes proveen y sostienen esas cosas, motivo de comprensibles quejas y preocupaciones.

Humorosamente diremos que algunos niños y niñas, quizás ya no tan niños ni tan niñas, continúan siendo “perversos polimorfos” (sic), a partir y gracias a la colaboración de sus papás. Y según avanza la vida, también con la colaboración de terceros frente a los que hábilmente se posicionan como niños o niñas que aún requieren de “amparo”, de “contención” y de “límites”, en vez de posicionarse como jóvenes o adultos en condiciones de ofrecerlos.

Otro: hay personas que se solazan en recuerdos guardados de relaciones que ya no son, y vuelven a ellos –muchas veces viciosa y nostálgicamente-, como quien busca reabrir una herida o mantener con vida algo que en los hechos y sencillamente, está muerto. Paradójicamente –y parafraseando unas conocidas palabras- “son muertos que gozan de buena salud”, que intervienen e interfieren en la vida de las personas no desde el lugar vivificante de la experiencia adquirida, sino desde el lugar putrificante de aquello que no ha podido ser digerido.

Este guardar “cadáveres” a lo cual son proclives algunas personas (nada que ver –ciertamente- con la “cadaverización del terapeuta” que propone Lacan), no hace más que ser un obstáculo para el avance, el despliegue y el surgimiento de la novedad en la vida del paciente. Pero, al mismo tiempo, permiten “justificar” ante sí mismo y ante terceros, el paisaje de una vida detenida.

Todos tenemos un “museo”, lo cual es lógico y normal. El problema reside **en vivir** en el “museo”. El problema, claro, no está en tener **recuerdos**. Todos los

⁷⁰ “Pensamientos”, 535 – 102, op.cit.

tenemos y es muy bueno que así sea. **El problema existe cuando** los recuerdos, en vez de tenerlos nosotros a ellos, **son ellos quienes nos tienen a nosotros**.

A veces es un amor. A veces es un dolor. A veces, ambas cosas. En otras oportunidades son graves sucesos traumáticos (como los abusos, por ejemplo). En ocasiones, una muerte temprana o inesperada.

Los frutos de estas experiencias no metabolizadas adecuadamente, no plena ni saludablemente integradas, no reconciliadas ni perdonadas, dan lugar a la amargura aún pasados muchos años, cuando no a un resentimiento tan difuso como difuminado por el conjunto de la vida.

Estas cosas, cuando suceden, dan lugar a una vida en la que muchas veces se repiten historias, sucesos, sentimientos y –sobre todo- ponen de relieve actitudes y la posición de no poder “soltar”. Y, a veces, la decisión de no querer hacerlo.

Una vida que, en verdad, está estancada y atrapada por sucesos que han debido fluir y enriquecer, aun siendo dolorosos (y a veces por ello mismo), el río de las experiencias.

Otro caso prototípico lo constituyen variadas disfunciones asociadas a la sexualidad. Como es sabido, muchas de las dificultades relacionadas con la sexualidad que presentan tanto varones como mujeres, no encuentran su causa en el ámbito específico de la sexualidad o en el de genitalidad sino, más ampliamente, en el de la afectividad: inseguridades, necesidades de control, iniciaciones conflictivas, dificultades relacionadas con la entrega, culpa, inmadurez y egocentrismo en los pacientes.

O también el ir a la sexualidad como un ámbito donde aliviar tensiones (que no se logran encauzar ni sostener adecuadamente en donde corresponde hacerlo), o en la necesidad -a veces casi compulsiva- de una “gratificación” frente a esas mismas tensiones, o frente a conflictos o ante la experiencia de frustraciones. Estas son –entre muchas otras, claro- algunas de las causas con la que eventualmente uno puede encontrarse cuando trata estos problemas.

En todos estos casos, así como en tantos otros, si por un lado tal vez no sea posible desatender la demanda explícita del paciente, no conviene enredarse

en las “ramas”. Conviene sí -y en la medida de lo posible-, ir al centro del problema.

25. SOBRE LA ESTRATEGIA DE APROXIMACION INDIRECTA⁷¹

Y casi como un corolario del punto anterior, viene este. Tal vez no sea posible lograr que en un plazo breve su paciente deje de hacer cosas que, de suyo, le hacen mal. Pero tal vez sí se pueda lograr que quien vive circunscripto en el reducido mundo de una vivencia repetitiva -y sin abandonarla-, amplíe su circuito de experiencias. Como dijimos en algún otro momento, no es nuestra tarea ocuparnos de los problemas de los pacientes, sino de los pacientes. Es decir, de toda esa persona que acude en busca de asistencia.

Entonces, lo que sucede (y que puede constituir el motivo de consulta) es tan significativo como lo que **no** sucede. Y en esto que **no** sucede, muchas veces, se encuentran tanto el origen del problema como la solución al mismo.

Por ejemplo, no podemos evitar que el paciente se vea con Marcela, con quien tiene una relación enfermiza y enfermante, mutuamente tóxica. Pero tal vez sí podemos favorecer que se vea con Mario, con Luis, con Paula y con Lucía: todos esos vínculos son potencialmente saludables y le dan información preciosa a su paciente acerca de sí mismo, de los demás -y a Ud. en las sesiones- acerca de que las cosas, pueden ser diferentes.

O, si no son diferentes, mostrarán claramente que el problema no es con Marcela, aunque con ella se presente de una manera particular (y tanto peor si es exactamente igual en todos los casos, pues eso indicará mayor rigidez por parte de su paciente).

De todos modos, a mayor y más rica vinculación, mayor posibilidades de curación. Muchas veces basta con que en uno cualesquiera de los vínculos, sea por acción de su paciente o por acción del tercero implicado, se presente un

⁷¹ Para ampliar este punto, ver los artículos de Alberto Fariña Videla, “Reflexiones sobre y desde la Psicoterapia” (I y II), en Revista Psicológica, Ed. Arché, Bs.As.

cambio. En principio, ese cambio ya es “aire puro” en el horizonte cerrado y viciado de quien Ud. atiende.

Y muchas veces, es el cambio “testigo” de otros muchos más profundos y sostenidos en el tiempo, aunque se produzca en un vínculo relativamente tangencial respecto del núcleo del paciente.

Entonces, muchas veces, “atacar de lleno” el problema, no es la mejor alternativa. Al revés –y paradójicamente- suele fortalecer el problema o su ocurrencia.

26. LOS ESCRUPULOS: SUS ORIGENES, CONSECUENCIAS Y ALGUNAS TERAPEUTICAS

Introducción

Hace ya unos cuantos años, di con un librito de suyo interesante, de un fraile que me era desconocido. Y si no fuese que la intención central que me anima es muy otra, el presente punto bien podría ser considerado como la simple presentación comentada de una obra. Presentación tan extensa como parcial -por insuficiente- de la obra de un religioso capuchino francés, que vivió en el S. XVIII.

Fray Ambrosio de Lombez –tal su nombre- durante sus casi setenta años de vida alcanzó fama de santidad, y también supo ganar inmenso prestigio como director espiritual. Y especialmente sobre algunos de estos últimos frutos, voy a detenerme.

De entre sus escritos vamos a servirnos del “**Tratado de la paz interior**”, que ha sido uno de los que logró mayor resonancia y difusión.

Este libro –según nos enteramos en las primeras páginas- que había sido redactado “para ayudar a las personas deseosas de perfección, en los más diversos estados, resultó también de especial valor para las almas angustiadas, ansiosas o escrupulosas”.⁷²

⁷² Tratado de la Paz Interior, Ed. Apostolado de la Oración, Buenos Aires, 1984.

De las dos partes que lo componen vamos a detenernos en el extenso capítulo que el autor dedica a **los escrúpulos**. Capítulo que por sí solo –como leemos- muy bien podría “constituir un tratadito independiente”⁷³.

Lo que me propongo entonces, es alcanzar al lector los aportes a los que aludo en el título de este trabajo. Porque si es cierto que el contenido de este “Tratado de la paz interior” ha resultado especialmente valioso “para las almas angustiadas, ansiosas o escrupulosas”, quienes en nuestra práctica psicoterapéutica nos encontramos a diario con esos movimientos del alma humana –dolorosamente encarnados en las personas de nuestros pacientes-, no podemos menos que aproximarnos con interés a lo que se nos ofrece como una contribución significativa.

Otras razones concurren en apoyo de una mejor valoración del asunto. Una de las notas distintivas de este escrito del Siglo XVIII, es su notable actualidad: tal vez resulte un poco sorprendente, al lector no avisado, el descubrir que hace tres siglos –y claro que con matices propios de la época- se producían aportaciones de significación y de utilidad para el quehacer clínico contemporáneo. Para alguna sensibilidad actual, puede resultar una renovada “herida narcisista” el descubrir que –después de todo- no provenimos de un repollo.

También podrá sorprendernos la magnífica concordancia de las descripciones y sugerencias de Fray Lombez con las aportaciones de algunos de los clásicos más importantes de la psicología y la psiquiatría del siglo XX: **Karl Jaspers, Víctor E. von Gebattel, Henry Ey**, entre otros. Es así que no recorreremos solos el camino en el desarrollo de los aportes antes mencionados⁷⁴.

Por otra parte, es de esperar que tras la lectura el lector quede no solo con la posible satisfacción de haber alcanzado algún nuevo conocimiento (o de haber confirmado, acaso, cosas ya sabidas), sino con el interés de sumarse de modo personal y comprometido –especialmente en esta hora de crisis e incertidumbre-

⁷³ Ídem, 3-7

⁷⁴ Me ha parecido de utilidad, a sí mismo, incluir un breve Apéndice al final del punto, con unas pocas citas de algunas de las principales obras de los autores mencionados, donde se encuentran más desarrollados aspectos en los que no me detendré, aunque si resultan señalados por Fray de Lombez.

en la necesaria y gozosa tarea de rescatar las fuentes vivas y de renovar en ellas nuestra experiencia contemporánea, en fidelidad al espíritu presente en aquellas.

En este sentido, a nuestro tiempo, tan convulsionado como vuelto sobre sí mismo, puede resultarle vitalmente significativa la paradoja de descubrir que –en medio de avances que refiere como prodigiosos- sigue siendo cierto que “no hay nada nuevo bajo el sol” y que en aquellas fuentes se encuentran no solo verdades que hoy se afirman como alcanzadas, sino un espíritu y una visión de la cual hay mucho que aprender, más allá –claro- de algunos datos expresivos de una etapa histórica y de un contexto cultural diferente.

Parece una buena tarea tratar de redescubrir, para el presente, la luz que se atesora en la historia del espíritu humano en su derrotero hacia su descanso gozoso en la Verdad.

¿QUÉ SON LOS ESCRUPULOS?

“Hay que saber dudar donde es preciso, afirmar donde es preciso y someterse donde es preciso. Hay quien peca contra esos tres principios, bien asegurando todo como demostrativo, por no estar ducho en demostración; bien dudando de todo, por no saber en lo que hay que someterse; bien sometiéndose a todo, por no saber donde hay que juzgar”

Pascal, “Pensamientos”

Un diccionario común nos aporta esta comprensible y usual definición de “escrúpulos”: “Duda o recelo que punza la conciencia y desasosiega el ánimo, sobre la verdad de una cosa, la bondad de un acto, etc.”⁷⁵.

Pero es el inigualable San Isidoro de Sevilla, quien en su “ETIMOLOGÍAS”⁷⁶, nos deja ver la luz de la cuestión de mejor modo. San Isidoro nos trae a cuenta la palabra “escrúpulo” en más de una ocasión a lo largo de su

⁷⁵ Diccionario Enciclopédico Sopena, T. II, p.1614, Barcelona, 1977.

⁷⁶ Etimologías, San Isidoro de Sevilla, BAC, Madrid, 1951.

texto. En el Libro X, que dedica al “*Origen de algunos nombres*”, se detiene directamente en aquel que nos ocupa:

“252. *Scrupulosus* (escrupuloso), de ánimo pequeño y duro, pues *scrupus* es un grano muy duro de arena”.⁷⁷

Y la primer sorpresa es ver que se ocupa de los escrúpulos también en el Libro XVI de su texto, que se titula “*De las piedras y metales*”. En el Capítulo XXV del mismo, titulado “*De los pesos*”, leemos lo que sigue:

“1. *Es muy conveniente el conocimiento de las pesas y medidas, pues todas las cosas corporales, como está escrito, desde lo más alto hasta lo más profundo, están dispuestas y formadas con número, peso y medida*”...

“7. *Cada pesa –nos dice más adelante- tiene determinada su modalidad y se designa con nombre propio.*

“8. *Calco, es la mínima parte de peso, que es la cuarta parte del óbolo y pesa dos granos de lenteja. Se llama calco, porque es pequeña como la piedra cálculo, que es tan pequeña que, aunque se tenga dentro del calzado, no se siente al andar*”⁷⁸

En este contexto, y como otra medida de peso, por el punto 12., nos presenta el *scrupulus*:

“*Scrupulus* (escrúpulo): *tiene el peso de seis algarrobas... se dice escrúpulo, como diminutivo de scrupus, pequeña piedrecita*”.

Pero antes, en el mismo Libro XVI, aunque en el Capítulo III llamado “*De las piedras vulgares*” nos había aclarado el panorama en relación con nuestro asunto. Ya por allí nos distinguía el “*cálculo*” del “*escrúpulo*”. Veamos y enterémonos porqué:

“5. *Cálculo es piedrecita mezclada con tierra, redonda, durísima, pero muy suave al tacto; se dice cálculo porque, debido a su suavidad, calcatur, se pisa sin molestia; a lo cual es contrario el scrupo, que es piedrecita pequeña, pero muy áspera, y si cae dentro del calzado,*

⁷⁷ Op. cit. pág. 259.

⁷⁸ Op. cit. pág. 407-8

*molesta y daña; de aquí viene la palabra escrúpulo, que es la molestia del alma...”*⁷⁹

Para la psicopatología, el escrúpulo es un componente habitual de los trastornos obsesivos, de la “neurosis obsesiva” (Ey)⁸⁰, o de la “actitud anancástica fallida” según los precisos términos de Von Gebattel⁸¹, o del contemporáneo Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC). Y constituyen una variedad frecuente dentro del espectro posible de la ideación obsesiva, bajo el modo de una aparentemente ardiente búsqueda de moralidad, de reparación o de purificación. Ello no obstante, la sola presencia de escrúpulos no constituye diagnóstico de obsesión⁸².

Para Ey constituyen una “intrusión parasitaria” que encuentra en la tendencia a la repetición otra de sus notas distintivas.

Las dificultades en la decisión y en la acción –que van mucho más allá de los aspectos morales antes señalados- se proyectan sobre y surgen de un fondo de esterilidad y abulia, con frecuencia vagamente doloroso e incomprensible para quien lo padece: es el fondo psicasténico, que ha sido descrito por Janet, como una baja de la tensión psicológica, que en el plano de la afectividad, según Ey, presenta sentimientos depresivos que testimonian esta debilidad psíquica: fatiga, confusión, lasitud, dudas y escrúpulos.

Jaspers también se detiene en esta “disminución de la energía psíquica” y señala que muestra uno de sus rasgos significativos “en la incapacidad general de resistencia del alma ante las vivencias”⁸³ y, en general, en la dificultad del sujeto para conducir su vida una vez caído en las redes que tiende su misma debilidad. Verdaderamente, un grano muy duro de arena que, en el calzado, dificulta la marcha haciéndola penosa, o imposible.

⁷⁹ Op. cit. pág. 388.

⁸⁰ Tratado de Psiquiatría, p.434, Toray-Masón, Barcelona, 1978.

⁸¹ Cfr. “Imago Hominis”, Ed. Gredos, Madrid.

⁸² Esta aclaración no carece de importancia y bien vale subrayarla. Del mismo modo, cabe señalar en este momento –y como veremos más adelante- que la dinámica propia de los escrúpulos bien puede encontrarse alejada de una preocupación moral.

⁸³ Psicopatología General, p.510, Ed. Beta, Bs.As., 1980.

¿CUALES SON LAS CAUSAS DE LOS ESCRUPULOS?

Si bien algo ya hemos dicho sobre el particular, sobre todo al referirnos al psiquismo psicasténico, veamos lo que nos dice de Lombez. Este presenta una enumeración de las posibles causas de los escrúpulos, algunos de cuyos señalamientos vale la pena conocer dada su amplitud.

Según nuestro fraile, los escrúpulos pueden proceder –entre otras- de alguna de estas causas: a) un defecto de discernimiento entre la inclinación y la voluntad; b) un defecto de discernimiento entre la negligencia y el consentimiento; c) de una afección melancólica que llena el espíritu de pensamientos tristes y que hace el corazón vulnerable a todo lo que puede afligirle; d) de la timidez natural que fácilmente encuentra motivo de alarma; e) de la vivacidad de la imaginación que pinta como verdadero todo aquello que se teme, y lo pinta al alma con tan vivos colores que a esta le es difícil no prestarle atención; f) de un deseo excesivo de certeza en lo que respecta a la salvación; g) de un orgullo secreto que quiere sobresalir en todo y asegurarse esta excelencia, autoconducirse y bastarse a sí mismo⁸⁴.

Creo que corresponde destacar la fineza puesta de manifiesto por Fray Ambrosio en su discernimiento de las causas de los escrúpulos. Una fineza realista y llena de sabiduría y, por eso mismo, concreta y alejada del racionalismo. Racionalismo gracias al cual nos hemos acostumbrado a leer muchas páginas para saber más bien poco y a partir del cual lo sencillo y claro, parece poco profundo.

Efectivamente, y por mencionar sólo algunas, no es lo mismo pensar que reflexionar (esto último supone una ‘apropiación personal’ del pensamiento que acaece, por parte del sujeto), ni es lo mismo encontrarse uno inclinado o tendiendo a algo, que tender a ello voluntariamente. Ni permitir negligentemente que algo suceda, a consentir afirmativamente en ello. Esos finos movimientos del

⁸⁴ Op. cit. pág. 45

alma, precisamente captados por Fray Ambrosio, hoy parecen haberse perdido de vista para muchos contemporáneos.

Más preocupados –tal vez- en un enfoque que suponen pragmático, entienden que estas ‘sutilezas’ pueden no resultar ‘prácticas’. Y así tienden a operar, aunque de ello se siga que una parte significativa de la interioridad de los pacientes resulte desconocida o no tenida en cuenta. Y si esto sucede, no puede suceder sin tener consecuencias.

Pero un aporte más que nos depara la lectura de este “tratadito” sobre los escrúpulos es que Fray de Lombez, no conforme con el detallado tipo y número de causas, también nos propone una dinámica posible de la formación de los mismos, que es de singular importancia que consideremos, muchos de nosotros, en tanto que profesionales.

Veamos:

*“No sé si el escrúpulo no se forma en muchos de esta manera: en los comienzos se ocupan mucho de sí mismos, tienen largas conversaciones con su director [**con su psicólogo, con su psiquiatra**], a menudo están muy satisfechos de tener dudas, a veces incluso las hacen surgir a propósito de los asuntos más menudos, a fin de tener ocasión de exhibir sus ideas. Insensiblemente, se forma el hábito; la mente sutaliza cada vez más, y las reflexiones que uno hace sobre sí mismo y sobre sus acciones vuelven a cada momento; ya no son dudas selectas, sino perplejidades crueles e inevitables, y por haberse ocupado de sí mismo con complacencia se ve uno en la necesidad de ocuparse con dolor”⁸⁵.*

Con alguna experiencia a cuestas, muchos profesionales podemos afirmar que conocemos bien este proceso. Es perceptible, por ejemplo – y aunque no derive estrictamente en escrúpulos- en numerosas personalidades de tipo narcisista.

⁸⁵ Op. cit., p.50.

Dante, en su “Divina Comedia”, ya parecía tener claro este fenómeno que – al revés- parecen haber olvidado buena parte de la práctica psicológica y psiquiátrica contemporáneas: “...el hombre en quien bulle pensamiento sobre pensamiento, siempre aleja de sí el fin que se propone, porque el uno debilita la actividad del otro”⁸⁶, nos señala.

En efecto: no pocas veces la misma praxis de la psicoterapia corre el riesgo de conducir, por inadvertencia del profesional, a este conjunto de fenómenos.

Más serio es el caso en el que esto se produce por complicidad del mismo terapeuta, acaso tomado por un estilo racionalista similar al de su paciente, estilo no pocas veces prescrito por el marco teórico al que adscribe y por no pocas de las indicaciones metodológicas que se siguen del mismo. Cuando esto sucede, y en “buen criollo”, tenemos que hablar de iatrogenia⁸⁷.

¿CUALES SON LOS EFECTOS DE LOS ESCRUPULOS?

Si bien algo ha quedado dicho cuando nos referimos a las causas de los escrúpulos, detengámonos un poco en sus *efectos*. Siendo varios, nos limitaremos, en cambio, a unos pocos, y lo haremos de una manera descriptiva.

Quizás uno de los más perceptibles en nuestra experiencia clínica cobre la forma del “*andar vacilante*”.

Es posible y frecuente encontrar –bajo lo que podemos denominar “inseguros de sí mismos”⁸⁸- sujetos que todo lo consultan, todo lo cavilan, permanentemente se auto-observan, nada lo deciden y, si parece que deciden, o vuelven sobre sus pasos o no ejecutan sus eventuales decisiones. Así, por ejemplo, recuerdo un diálogo entre dos estudiantes avanzados de la Carrera en el

⁸⁶ Divina Comedia, El Purgatorio, Canto V.

⁸⁷ Como señalamos también en otro momento, parece que la cuestión de la iatrogenia en la práctica de la psicoterapia es una de las cuestiones menos estudiadas, menos conversadas, menos aceptadas y en absoluto debatidas entre los profesionales de la salud mental. Sin embargo, también parece que, con el debido cuidado, en beneficio de los pacientes y de los profesionales, ya es hora de hacerlo.

⁸⁸ Sin llegar, claro, a los extremos y calidades descriptas por Kurt Schneider en su célebre trabajo sobre las personalidades psicopáticas.

bar de la Facultad: “¿Cómo estás con tu pareja?”, preguntó una de estas personas...”Ay, no sé –respondió la otra, entre dubitativa y sorprendida por no encontrar respuesta suficiente en sí misma - todavía no fui al psicólogo. Tengo sesión hoy por la tarde”.

Los contenidos de este cavilar o de este “andar vacilante”, regular y fundamentalmente, son afectivos: difícil hallar, en nuestros días de pensamiento devaluado, de reflexión apresurada y que muchas veces se juzga vana, personas entrampadas en discernimientos de tipo “intelectual”, relacionados con la verdad, la pureza o la bondad de un acto (como nos sugiere la definición usual que nos fue propuesta al inicio).

En todo caso, como nota y matiz distintivo de las manifestaciones escrupulosas en la actualidad, hemos de señalar -¡cómo no!- su peculiar narcisismo.

Peculiar porque si siempre lo hubo (como nos lo indica Fray Ambrosio al proponernos una dinámica de formación de los escrúpulos), lo que ahora aparece –en la experiencia subjetiva de muchas personas- es la pérdida de toda referencia objetiva, extrínseca o intrínseca, con la cual confrontar la propia interioridad, que se valora a sí misma -de tal modo- deshabitada y vacía de referencias, tal el último y paradójico extremo del narcisismo.

De allí su inanidad y las variadas manifestaciones depresivas de estos pacientes, tan regularmente acompañadas de ansiedad⁸⁹. Hace mucho que no vemos –y estamos dispuestos a desdecirnos ante la evidencia que se nos aporte en contrario- alguno de aquellos narcisos floridos de los que da cuenta la literatura e, incluso, algún “*comic*” actual. Ni siquiera hemos visto, últimamente, algún *vanidoso*, o sujetos –digámoslo así- “pagados de sí mismos”, personajes estos que, con su rutilante debilidad, rinden un tributo a la humildad y a la verdad de las que, por la negativa, dan testimonio.

⁸⁹ ¿Angustia? Raramente presente y reconocida como tal por el paciente. Por lo regular, sólo cuando tras un proceso de mediano tiempo logran desactivarse las defensas egocentradas del sujeto, se abre la posibilidad de un acceso –digámoslo así- a la persona profunda, donde anidan también las potencialidades más ricas y positivas.

Ya Platón en el “Fedro” (citado por Joseph Pieper) – ¡y han pasado largamente más de dos milenios desde ese entonces!-, se lamentaba de lo que decía observar en “*la hbris humana*”, a saber, una suerte de *debilitamiento del impulso originario* que habría acompañado el nacimiento del hombre.

Ese debilitamiento también puede observarse en la “psicopatología de la vida cotidiana”, como diría Freud. Hace no muchos años, una revista editada en Buenos Aires (de cuya actualidad no tenemos noticia)⁹⁰, dedicó su primer número a las Pasiones.

En uno de los artículos dedicados al tema que anunciaba, se lee: “*Ahora... la pasión se ve con otros ojos. La gente no se apasiona sino que piensa, planifica y decide. Siempre se observan las tendencias y se analiza antes de actuar: en el método parece estar la solución. ¿Inconvenientes con este nuevo modelo de vida? Sólo uno de dudosa credibilidad. Es que los psicoanalistas saben que para preservar su negocio es preciso denunciar, cada vez, una pasión distinta que habría que curarse. La más reciente –aseguran- es un síndrome que debilita el espíritu, reduce la creatividad y profundiza las conductas depresivas. La han bautizado con tres palabras banales: falta de pasión*”⁹¹.

Mayoritariamente y a tono con nuestra época, el escrupuloso de nuestros días descrea de la posibilidad de una eventual perfección que, *a priori*, descarta como opción de vida, o como alternativa vitalmente significativa. No hay presión (ni pasión) en tal sentido, ni “celo ardiente” en beneficio de otra realidad que la del propio yo que –como dijimos- y paradójicamente, se experimenta inane, impotente y vacío.

Dicho de otro modo: las referencias al bien, a la bondad, a la verdad en sí, han sido barridas y sustituidas por la conveniencia, el consenso y el sensismo inmanentista, sumiendo a los sujetos en redes tantas veces inextricables como desaconsejable resulta el intentar argumentar contra ellas. Hacerlo –como nos fue dicho una vez- “es igual a querer apagar el fuego arrojándole nafta”.

⁹⁰ Ya nos hemos referido a la Revista “Latido”, Año 1, Número 1, 1999 y nos hemos servido de la misma cita.

⁹¹ Op.cit., María Moreno, pág. 37

Hace muy poco, una joven paciente de 29 años de edad, en cuya vida se han sucedido algunos dolores de los que se ocupó de no tomar debida nota, y que viene haciendo más o menos exactamente lo que quiere desde hace muchos de esos veintinueve años, nos consulta porque hay aspectos de su vida que no puede controlar y que la tornan desmedidamente ansiosa y la sumen en la perplejidad, el temor, la duda y la desazón. Todo marcha bien, pero nada parece “cerrar” del todo ni –en definitiva- nada parece proporcionarle la felicidad que ella supone debería provocarle el hecho –justamente- de hacer lo que quiere.

Pide y espera, de la psicoterapia, que la ayude a recuperar el control, pues entiende que es esa pérdida de control la que la ha llevado a su situación actual y, por supuesto, a la consulta. No logra tomar decisiones –enredada en un mar de supuestas opciones-, con frecuencia se descubre sin ganas de llevar adelante su vida, y se siente triste.

Víctor Frankl, ese gran psiquiatra fallecido en las postrimerías del S. XX, rápidamente nos ayudaría pudiendo indicarnos la presencia de una probable “neurosis noógena”, o neurosis del espíritu, desencadenada a partir de la experiencia del sinsentido vital.

Junto con Frankl, Fray Ambrosio también podría acudir en nuestra ayuda, y recordarnos que la situación de la paciente también puede provenir “de un orgullo secreto que quiere sobresalir en todo y asegurarse esta excelencia, autoconducirse y bastarse a sí mismo”, como nos ha dicho ya al referirse a las causas de los escrúpulos.

Quizás de un orgullo herido por la experiencia de algunos dolores, que nos recuerdan nuestra indigencia y vulnerabilidad, a veces tan difícil de aceptar, y que piden una mirada amorosa para iniciar un camino de cura y reconciliación.

Pero, ¿qué debemos hacer, entonces, con esta paciente? ¿Proporcionarle un conjunto de herramientas que le permitan manejar, evitar sus síntomas, desarrollar habilidades que favorezcan un control más preciso ante los eventuales desbordes?

¿O debemos confrontarla con su vacío e invitarla también a confrontarse con la verdad presente en su vida y colaborar con ella en que sea cada vez más

plenamente esa persona que es, viviendo -a partir de allí- en la verdad y desde la verdad descubierta? Estas preguntas nos abren a la dimensión de las posibles terapéuticas.

¿CUALES SON LAS POSIBLES TERAPEUTICAS ANTE LOS ESCRUPULOS?

Digamos algunas cosas antes de encarar llenamente este punto, que nos ayuden a valorar mejor lo que venimos señalando y nos dispongan –también del mejor modo- para seguir adelante.

Es claro que en el imaginario de nuestra cultura, los escrúpulos parecen exclusivamente relegados al plano religioso o moral, tal vez -incluso- como un signo “*demodé*”.

No discutamos el fondo de esta apreciación y sí digamos –en cambio- que es verdad que cada tiempo y cada cultura presenta sus patologías “tipo”.

Y este, nuestro tiempo, no parece ser tiempo de anancástas⁹² -donde puede verificarse con regularidad la presencia de escrúpulos- ni suelen ser “culpas agobiantes” los motivos de consulta mas frecuentes. Sí, en cambio, es tiempo de depresiones, fobias y narcisismos de variado tono.

Sin embargo, y quizás sin el dramatismo del componente “moral” activamente presente en los pacientes (como ya hemos señalado) la psicastenia, la labilidad afectiva, la inconstancia, la dificultad en la toma de decisiones, las consideraciones infinitas acerca de cuestiones vitalmente mínimas (“los rollos”, dicen los pacientes), etc. sí se encuentran sobrada y dramáticamente presentes en la vida de nuestros pacientes y parecen justificar que nos ocupemos de ellos bajo la denominación de “escrupulosos”.

Por otra parte, como la naturaleza humana sigue siendo la misma aunque el tiempo haya pasado, sabemos que los “existenciaros básicos” –como diría algún autor existencialista-, o las notas que definen en las personas su condición de tales, siguen vigentes y activas, aunque puedan estar ocultas tras una gruesa

⁹² Digamos –contra esto mismo que señalamos- que están cambiando los tiempos.

capa de enredos y sucesos biográficos (o pseudobiográficos, según se puede deducir de algunas opiniones)⁹³.

El amor, la confianza, las creencias, la esperanza, el dolor, la libertad, las heridas, el perdón –por mencionar algunas- siguen siendo las “variables explicativas” del acontecer humano y las “llaves” que –al mismo tiempo que explican su sufrimiento-, orientan en cuanto a su sanación posible.

En la misma línea, recordemos a Soren Kierkegaard⁹⁴. Este, en su visión de los hombres, los distinguía en tres categorías: el hombre estético, el hombre moral y el hombre religioso.

La preocupación del pensador danés se centraba en esta pregunta: ¿cómo llevar a los “hombres estéticos” –apegados a las propias sensaciones y que creían encontrar en la dñada “placer-displacer” la norma y el criterio para regirse en la vida- a una vida más elevada y, por ello, más plenamente humana?

El “hombre moral”, por cierto, le parecía superior, aunque todavía atado al deber (kantianamente, agregaremos nosotros). En el “hombre religioso”, Kierkegaard veía la expresión de la libertad y el amor y, por tanto, de la plenitud del sujeto. En pos de este proceso, él proponía –esta es su respuesta a la pregunta, y de ello da cuenta en su obra “Mi punto de vista”- una “metodología de aproximación indirecta”.

Sirve de poco –razonaba Kierkegaard- discutir argumentativamente o mostrarle sin ambages al “hombre estético” la pobreza de su vida: así, sólo ganaremos su abierta resistencia. De manera indirecta, sostenía, habremos de ir logrando pequeñas modificaciones, alumbrando al “hombre moral” en el “hombre

⁹³ Dice la ya citada María Moreno en la Revista Latidos (p. 35): “Hoy, la pasión por excelencia, la que se debe ejercer para ser un contemporáneo, tanto si es famoso como anónimo, es la de fingir que se es. Una mala puesta en escena tiene un poder más destructor que una mala acción”.

⁹⁴ Sobre este autor y sus contribuciones a la psicoterapia, ver los artículos de Alberto Fariña Videla, “Reflexiones sobre y desde la Psicoterapia” (I y II), en Revista psicológica, Ed. Arché, Bs.As.

estético”. Y luego al “religioso” en el “moral” de manera tal que progresiva y paulatinamente, se produzca un verdadero cambio.⁹⁵

Fray Ambrosio de Lombez tampoco se aviene con metodologías que supongan discutir y razonar con estos ‘pacientes’ en tanto que escrupulosos. Veamos que nos dice:

“Empeñarse en querer calmar sus escrúpulos mediante el razonamiento, es querer lavar la arcilla hasta que el agua salga clara. Hay que cortar en seco con su imaginación, como con una loca, a la que jamás haremos callar contestando sus extravagancias. Pero un escrupuloso quiere una respuesta a sus escrúpulos sólo por esta vez, bien resuelto a no volver sobre ellos. ¡Ay!, ¿por qué no hará ahora lo que no quiere hacer más en una ocasión semejante? Es un hidrópico que no quiere beber sino un vaso de agua. Se satisface y se limita por un momento, pero su enfermedad empeora, su sed aumenta y bebe siempre”⁹⁶

¿Qué propone de Lombez, en definitiva? Pasemos una rápida revista a algunas de sus sugerencias. Si se observa un compromiso orgánico como causa de los escrúpulos, “el auxilio de un buen médico”⁹⁷. Pero también aconseja: “Descanso, sueño, una honesta recreación, tomar suficiente alimento de buena

⁹⁵ Puede resultar interesante hacer notar aquí, tangencialmente, algunas de las paradojas del tiempo que nos toca en suerte. En efecto: el nuestro, es un tiempo de fuertes demandas de moralidad. Sea bajo el reclamo de justicia, de reparación o de transparencia en cualesquiera de sus formas, las más de las veces asociadas a la gestión pública, nuestra sociedad (y no sólo la nuestra) parece del todo dispuesta a producir un cambio en pos de una vida regida por ciertos principios que estimamos comunes y saludables. Al mismo tiempo –y la historia reciente aporta ejemplos concretos al respecto- la misma sociedad está dispuesta a mirar con benevolencia y complicidad la falta de moralidad que condena con la boca, sobre todo si ésta se presenta en un formato **estético** afín al gusto contemporáneo, es decir, disfrazada con *glamour* y simpatía. Así mismo, esta moralidad que se reclama, parece ceder todo protagonismo si nos adentramos en el terreno de la vida privada de las personas. En ella, parece primar una suerte de laxitud casi sin fronteras, relacionada con los modos de vida, circunstancias, acciones y decisiones de los sujetos individuales. Este divorcio entre lo público y lo privado es un verdadero drama de nuestra época, al igual que la desconexión entre la omnipresente crítica y la más bien ausente autocrítica.

⁹⁶ Op.cit., pág. 51

⁹⁷ Op.cit., pág. 46

calidad y respirar aire puro”⁹⁸. Otras sugerencias que agrega son igualmente llenas de sentido. Veamos:

“Hay que animarse a sí mismo, armarse de valor y resolución. No ocuparse sino muy rara vez de pensamientos tristes que nos abaten. (...) Aún aquellos que no son naturalmente tímidos, llegan a serlo desde que caen en poder de los escrúpulos. Es esta una enfermedad que los hace susceptibles de las más tristes perplejidades.

“Cuando el vicio está en el temperamento solo puede ser curado muy a la larga; las impresiones que provienen de nuestro temperamento natural se presentan una y otra vez obstinadamente a nuestra imaginación, pero un trabajo sostenido por la paciencia y la resolución nos alcanza finalmente el dominio sobre ellas”⁹⁹.

Tan sólo un poco más adelante, señala:

“Si el mal viene de la imaginación hay que apartar los fantasmas que ella nos presenta, no servirse de ella sino lo necesario y con mucha precaución...; sobre todo no escucharla jamás cuando se trata de juzgar acerca de nosotros mismos y de disipar las propias penas y dudas. Pues es un abogado apasionado, seductor, decisivo, que hace inclinar el juicio al lado que quiere, o al menos deslumbra con su falsa elocuencia, o aturde con su cháchara vana e impide el discernimiento”¹⁰⁰.

Ante estas situaciones, al igual que ante otras ya señaladas relacionadas con el discernimiento, propone el remedio al que nos dedicamos muchos de nosotros: “No hace falta más que las instrucciones de un hombre ilustrado”¹⁰¹. ¿Haremos honor a semejante encargo? ¿En qué pueden consistir básicamente las “instrucciones” que habremos de sugerir a los pacientes?

“La psicoterapia -como nos fue dicho una vez- es un ejercicio de entrega”. Es un ejercicio de entrega para el paciente -quien comparte sus límites y sus dificultades, sus riquezas y sus esperanzas con nosotros- y es un ejercicio de

⁹⁸ Op.cit., pág. 46

⁹⁹ Op.cit., pág. 46, 47

¹⁰⁰ Op.cit., pág. 47

¹⁰¹ Op. Cit., pág. 46

entrega para los terapeutas –que con nuestra formación y experiencia nos disponemos a su servicio, también con nuestros límites, riquezas, dificultades y esperanzas.

De modo especial, si siempre es una condición para el encuentro con la verdad, para estos pacientes de “andar vacilante” la entrega resulta peculiarmente indicada.

Y esta entrega supone -para poder darse, y en primer lugar-, una disposición acogedora en la persona del terapeuta. Fundamentalmente, este acogimiento toma la forma precisa de una amorosa obediencia.

Dice Pascal en otro de sus Pensamientos: “San Agustín (Ep., 120). La razón no se sometería jamás si no juzgase que hay ocasiones en las debe someterse. Es pues justo que se someta cuando juzga que debe someterse”¹⁰². Y Santo Tomás de Aquino señalaba que aún la persona menos docta (o la más confundida), nunca lo está tanto como para no darse cuenta de que debe pedir ayuda.

El escrupuloso de antaño, al igual que el contemporáneo -cuya “moral” parece regida por las conveniencias y temores asociados a su encontrarse egocentrado y regularmente vacío de referencias-, afrontan similares dificultades para conducir sus vidas. En ambos casos, la obediencia resulta el medio efectivo para la resolución de tal problemática.

Sin embargo, en la actualidad, es de lamentar que la obediencia se asocie con el servilismo o con la heterodependencia y ésta, connotada negativamente. O con algunas modalidades consideradas críticamente “directivas” del accionar terapéutico.

Los hombres autónomos –el hombre paciente y el hombre terapeuta- se encuentran, por lo general, presos de los mismos equívocos. Aclaremos un poco el punto, sin extendernos en demasía, atentos a la finalidad de nuestro punto.

La antinomia “dependiente – independiente” es una falsa opción. No existe el sujeto independiente, puesto que todos –pacientes y terapeutas, para el caso- dependemos. El asunto, entonces, no pasa por “depender o no depender” (es

¹⁰² Op. cit., pág. 402

ontológicamente imposible no depender), sino por verificar en la experiencia si esa común dependencia favorece el crecimiento de las partes implicadas o sí, por el contrario, se transforma en un escollo para el común crecimiento.

En este contexto cabe hablar de la obediencia que, como dijimos, debe ser amorosa. Y común: paciente y terapeuta han de prestar oídos a la realidad y disponerse en fidelidad a la misma.

En un caso –el paciente- su realidad muestra esa maraña de redes tantas veces inextricables de las cuales se encuentra preso sin poder salir de ella por sus propios medios.

En otro -el terapeuta-, su obediencia ha de centrarse en la persona del paciente y no en una eventual teoría que –de antemano- se la “explica”, y en virtud de la cual no termina sino encontrando en ella lo que ya sabía de antemano que iba a encontrar: es a la verdad del sujeto concreto que tengo delante a lo cual debo obediencia. Y el paciente nos la debe, no para ser o hacer lo que el terapeuta o su teoría quieren (o “saben”) de antemano que “tiene” que ser o hacer, sino –dada su dolencia- para poder ser él mismo y llegar a ser en plenitud.

Este hombre particular y concreto es mucho más que su problema y este problema, justamente, es la expresión dolorosa de un escollo (“una piedrecita pequeña en el calzado... que molesta y daña”, leímos páginas atrás). Un escollo en el camino del “llegar a ser” -como dice von Gebattel-, y de llegar a ser en plenitud esa persona concreta que es.

Si aceptásemos el encargo y el rótulo, este es el servicio que como “hombres ilustrados”, según nos dijera de Lombez, podemos brindar a nuestros pacientes de “andar vacilante”.

Cumplido, también nosotros habremos crecido junto con el paciente.

APÉNDICE

PSICOPATOLOGIA GENERAL – Karl Jaspers – Ed. Beta, Bs. As.

p. 157 Con el pensamiento y la voluntad comienza la reflexión y con la reflexión la alteración proporcionada por ella de todas las vivencias inmediatas. Pero donde cesa de ser determinante lo inmediato, no

sólo hay aumento, desarrollo, adquisición de nuevas dimensiones de la experiencia, sino también nuevas perturbaciones características. Por ejemplo, la inmediatez más simple no sólo puede ayudar al propósito reflexivo de los instintos poco a poco, sino que puede también confundirlos y suprimirlos.

Las perturbaciones surgen cuando los mecanismos de la realización y de la inclusión de la reflexión no tienen en la inmediatez su curso, por un proceso para nosotros por completo inescrutable y que es, frente a toda reflexividad, lo que resta de natural, inofensivo e ingenuo de nuestra vida

p. 158 El hecho de que los fenómenos inmediatamente experimentados no quedan sólo inmediatos, sino que están en la corriente de la transformación por la reflexión, no suprime para los más su carácter inmediato... Pero este hecho básico hace que tengamos que tener abiertos constantemente nuestros ojos para las transformaciones reflexivas en la investigación. Pero ante todo nacen de él mismo aquellos nuevos fenómenos psicopatológicos que queremos describir en tres ejemplos.

La intención que hay en la reflexión puede, primero, llevar a lo ilegítimo, con predisposición interna, en comportamientos y disposición interna para producir engañosamente una apariencia vivida como realidad; en segundo término, llevar los instintos al desorden hasta en las funciones corporales; tercero, puede llevar a vivencias psíquicas características, los fenómenos obsesivos, tan solo posibles en el terreno de la reflexión y de la voluntad. Reflexión e intención son ineludibles en los tres casos para la aparición de estos fenómenos completamente no queridos.

p. 161 *Los límites de la obsesión posible están allí donde están los límites de mi voluntad.*

p. 510 [Variaciones de la energía psíquica]. El complejo sintomático *psicasténico* se puede delimitar menos claramente [que el

neurasténico]. Los numerosos fenómenos que se le adscriben son resumidos por la noción teórica de la “disminución de energía psíquica”.

Esta disminución se muestra en la incapacidad general de resistencia del alma ante las vivencias. El individuo se retira del todo de la sociedad, para no estar abandonado a las situaciones en que sus “complejos”, que actúan mucho y anormalmente, le privan de presencia de ánimo, de memoria, de consistencia. Huye de toda confianza en sí.

p. 511 [Caracteres reflexivos]... llamamos caracteres reflexivos a las formaciones que se desarrollaron por la conciencia de sí, la atención a la propia existencia, el propósito de un querer ser así. A ellos pertenecen, por ejemplo, los histéricos (512), los hipocondríacos (513) y los inseguros de sí mismos.

p. 513 [Los inseguros de sí mismos (Schneider) o sensitivos (Kretschmer)]. Una sensibilidad constantemente incrementada se apoya en la conciencia reflexiva de la propia insuficiencia. Toda vivencia se convierte en un sacudimiento, porque en el inseguro de sí sólo no tropieza la impresión de nada con una elaboración y configuración natural. Su función no les basta. Su posición entre los demás es para él en todo motivo problemático!. El fracaso que existe de hecho o en su reflexión, se convierte en objeto de autoacusación. Busca la culpa en sí mismo y no se perdona nada. La elaboración interna no es expresión sino lucha excitada consigo mismo.

Es una vida de vergüenza interna y de derrotas, motivadas por vivencias externas y su interpretación. (...) La inseguridad de sí, extravía a supercompensaciones de la propia inferioridad experimentada. Formas sociales obsesivamente mantenidas, comportamientos aristocráticos, la apostura segura exagerada, son las máscaras de la falta interior de libertad.

La presentación exigente oculta timidez de hecho.

IMAGO HOMINIS. Víctor E. von Gebattel – Ed. Gredos, Madrid.

p. 149 ... ya la *folie du doute* permite que surjan dudas en la participación primaria de afectos, particularmente de angustia, en la estructuración del síndrome. Si bien parece tratarse –lo cual, por cierto, ocasionalmente no es más que simulación- de decisiones puramente intelectuales que no son tomadas, se obtiene una visión más plena del trastorno primario de la ejecución de pensamiento y el desdoblamiento basal prepersonal, que impide la *action de terminaison* (Janet)...

... una parálisis de la autorrealización dando un rodeo por el pensamiento, en la que solo en segundo término entran la excitación y la angustia, pero difícilmente los psiquismos de rechazo, a menos que se interprete así lo que es coerción repetitiva en el “cavilar”.

p. 150 Hay síndromes en los que la componente psicasténica de la neurosis obsesiva determina el cuadro. Con esta indicación vuelve a rozarse la teoría psiquiátrica de la personalidad que afirma que la actitud anancástica fallida crece sobre la base de una estructura particular de carácter y puede encontrarse en las personalidades psicopáticas que se describen como sensitivas e inseguras de sí.

TRATADO DE PSIQUIATRIA – Ey, Bernard, Brisset – Ed. Toray-Masón, Barcelona.

p. 437 Frecuentemente es el “sentimiento de realidad” lo que está alterado en los obsesos, en la medida que son incapaces de elevar sus acciones dentro de la jerarquía de las funciones de realidad. (...)
La ausencia de decisión, de resolución voluntaria, la falta de confianza y de atención, la incapacidad de experimentar un

sentimiento exacto en relación con la situación presente, la retrogradación hacia el pasado y hacia lo imaginario, constituyen las características principales de estos síntomas psicasténicos que ponen de manifiesto la debilidad psicológica del obseso.

p. 439 ...todos los clásicos han contribuido a formar la fisonomía del carácter obsesivo. Sus rasgos esenciales son: 1º) la tendencia a escrúpulos, a la abulia y a la duda; 2º) las crisis morales de conciencia (especialmente en la infancia y en la adolescencia, en los momentos de la primera comunión y en la pubertad); 3º) la timidez y la inhibición en los contactos sociales; 4º) la tendencia a la introspección y el autoanálisis de la vida interior; 5º) los trastornos de la sexualidad (apragmatismo, impotencia, frigidez); 6º) los estigmas psicomotores (tartamudeos, tics, síndrome de debilidad motora de Dupré). (...)... junto con la necesidad de contarle todo...

p. 442 [La formación reactiva contra la agresividad: meticulosidad y escrúpulos compensadores] ... La vivencia del escrúpulo recuerda los lavados compulsivos. Insistamos de nuevo en el hecho de que estos rasgos están siempre mezclados con otros. : la “supermoralidad” podrá coexistir con pequeñas indecorosidades, hurtos simbólicos, que alimentarán grandes conflictos morales entre la gratificación por el robo, prueba de fuerza, y la desaprobación moral, castigo de la agresividad.

27. LAS MEMORIAS DEL FUTURO

Hace ya un tiempo, en el mundo empresarial, cuando se trata de poner un ejemplo de lo que significa no tener visión y de las consecuencias de no tenerla, es frecuente que se aluda –entre otras- a la empresa Kodak.

El gigante de las películas fotográficas y de las cámaras, ocupó durante mucho tiempo una posición francamente dominante en el mercado, al punto que decir “Kodak”, era decir “fotografía”. Y fue así, hasta la aparición de la fotografía digital y la “revolución” de las cámaras: hoy, la inmensa mayoría de nosotros, tiene una cámara en su celular y con alguna frecuencia (o con mucha frecuencia) sacamos fotos. Kodak estuvo ausente en estos cambios. Y esta circunstancia, llevó a que Kodak quebrara.

Y nada de lo dicho sería muy sorprendente si no fuese que la fotografía digital ¡fue inventada por Kodak, allá por el año 1975! Pero “enceguecida” por su desarrollo y posición en el mundo de las cámaras y películas fotográficas, no supo ver o “cajoneó” (diríamos en argentino básico) tamaño desarrollo.

Otro tanto –muy parecido, por cierto- sucedió con Suiza y su afamada relojería. También los suizos fueron los primeros en desarrollar los relojes de cuarzo, pero no vieron (o prefirieron no ver) la proyección de su creación (que significaba prácticamente decir adiós a los relojes de cuerda con los que dominaban claramente el mercado). Los que sí vieron el asunto, en cambio, fueron los japoneses y los norteamericanos, que rápidamente desplazaron a Suiza de los lugares dominantes.

Por eso, en el mundo de la empresas, se habla de las “memorias de futuro”: mi empresa puede que sea excelente fabricando clavos, pero no tener desarrollos simultáneos de tornillos o de remaches que me permitan anticipar el futuro (**y crear el futuro**) de una manera rápida y concreta, es todo un llamado al fracaso y una invitación al cierre de mi empresa.

Visión, entonces, no es sólo la capacidad de ver del modo más amplio posible qué es lo que sucede, sino –también- anticipar lo que va a suceder e, incluso, provocar que suceda. No hacerlo, es una garantía casi segura de fracaso.

No ver anticipadamente los cambios y no disponernos anticipadamente para continuar nuestro desarrollo en el nuevo mundo que se abrirá en nuestras vidas, es no tener visión.

Por llevarlo a un terreno que seguramente nos sea más cercano vitalmente: la casa y las cosas que una pareja necesita cuando recién comienzan a vivir

juntos, es una. Cinco años después, esa casa tan hermosa, ya les es insuficiente. Si han tenido hijos, con más razón. Requieren de una nueva casa. Que probablemente les será maravillosa, mientras dure la escolaridad primaria y secundaria. Pero los hijos, algún día, van a irse. Van a irse al igual que muchas de nuestras fuerzas y de nuestros modos de vida: ¿para qué queremos “semejante” casa? ¿Podremos de verdad “habitarla” o habremos de mudar nuestros modos, estilos, horarios, nuestra manera de ocupar el espacio, etc.?

Ahora bien: mientras todo eso sucede –y tengamos claro que eso sucede todo el tiempo (es decir: no importa si tengo 25, 40 o 65 años)-, eso que va a suceder, ya está sucediendo.

Se atribuye a Samuel Becket esta frase: “Si alguna vez probaste, alguna vez fallaste. No importa. Intenta de nuevo. Falla de nuevo. Falla mejor”.

Por todo ello, Ud. debe tener un plan para la siguiente sesión. Deben tener un plan A y un plan B y un tercer plan por si A y B no se vuelven posibles, o si fracasan.

Debe tener un propósito, relacionado con las características del paciente, con su problemática, con el momento del tratamiento y con lo sucedido en las últimas o en la última sesión si es el caso. Pero debe estar abierto a la novedad y preparado para responder “improvisadamente” a lo que surge en el momento.

Un propósito definido y concreto orienta su acción, la vuelve consistente, supone un modo en el que se expresa su cuidado por el paciente y el respeto que Ud. tiene por el tiempo de vida de quien le ha pedido ayuda¹⁰³.

28. EVOLUCION PROBABLE DE LOS TRATAMIENTOS, DE LOS PROCESOS DE MEJORIA Y DE CAMBIO

“La naturaleza del hombre no consiste en avanzar siempre: tiene sus idas y sus retrocesos. La fiebre tiene sus escalofríos y sus ardores. Y el frío demuestra tanto la importancia del ardor de la fiebre como el calor mismo”.¹⁰⁴

¹⁰³ Por otra parte –y por supuesto- “no tener un plan” puede ser también “un buen plan si se trata, por ejemplo, de un paciente con rasgos obsesivos.

El crecimiento de las personas, los procesos de cambio, la solución de las dificultades que nos aquejan, raramente se produce de una manera lineal, continua, sin sobresaltos, sin marchas y contramarchas. Más bien debemos hablar de un proceso lleno de meandros, idas y vueltas propias de cualquier camino que se dirige a una meta.

Y usted debe preparar a su paciente para reconocer y aceptar estas alternativas que el viaje le propone. Conocer que habrá tropiezos, paradas, algunos retrocesos, etc., evita el desaliento, ayuda a perseverar, orienta la mirada del paciente hacia el proceso en vez de tener la mirada fija en el resultado, facilita la instauración de los nuevos hábitos, se anticipa a la ansiedad propia de todo proceso de cambio, “pincha el globo” del “¡ya está!” –tan frecuente en muchos pacientes- enseña a tener paciencia, facilita que el paciente reconozca y acepte sus propios tiempos y los tiempos propios de los cambios que quiere implementar, lo acostumbra a mirar hacia el futuro.

De manera muy vulgar diremos que usar “la gotita” para suturar una herida, es un remedio eficaz, necesario y rápido en muchos casos. Pero la cicatrización y la regeneración de la piel, y de la herida toda, es otra cosa.

Importa también proteger el tratamiento, que con el aviso prudente, no queda identificado con un resultado cortoplacista que -aunque pueda ser positivo y necesario-, no constituye el “non plus ultra”: ni del tratamiento ni –muchísimo menos- de la vida del paciente.

Como sea, en todos los casos conviene anticipar con el paciente –hasta donde sea posible- el sentido, los efectos y el alcance de las técnicas a implementarse sobre todo y especialmente, si estas se revelaran exitosas en las primeras intervenciones.

29. LOS PLANTEOS “BINARIOS”

En los comienzos de mi actividad profesional, mi maestro –que dirigía un Centro Asistencial del que yo participaba- me derivó un matrimonio para que lo

¹⁰⁴ Pascal, op.cit., 27 – 354.

atendiera, dándome algunas indicaciones básicas y fundamentales acerca de la orientación del tratamiento y previendo reuniones periódicas de supervisión.

Ciertamente, fue una experiencia fructífera: para los pacientes, en primer lugar. Y también para mí. Los encuentros se sucedían con una dinámica vertiginosa y los pacientes, de verdad, querían reencauzar su relación, lastimada por algunos hechos y por los años de convivencia. Y también eran muy ricas, para mí, las supervisiones.

Así, llegué a una de ellas, para plantear lo que veía como un momento crítico y decisivo en la marcha del tratamiento.

Comenzado el encuentro, expuse la situación y remarqué los detalles que creía relevantes. Detallé también mis sensaciones y los sentimientos que se despertaban en mí, ante el atento silencio de mi maestro. Llegado un punto, y como quien espera una pregunta, dije: “Así las cosas, veo dos caminos...”.

Mi maestro se inclinó levemente hacia delante y luego se reacomodó mansamente en su sillón. Después, habló: “Dos caminos... –dijo-... hasta que no tengas más de tres alternativas, no vuelvas a hablar conmigo del asunto”. Se puso de pie, hizo un comentario cordial acerca del clima (llovía mucho esa tarde) y dio por terminada la sesión.

Yo no me fui precisamente satisfecho. Más bien diré lo contrario. ¿Quién se creía que era? Yo hacía lo que me indicaba... ¡y me dejaba “en la estacada”! En medio de mi enojo y estúpidamente vinieron a mi memoria el Sr. Miyagi y el joven Larusso. Y me empecé a reír. Pero, como el joven Larusso, creo que aprendí. Y a las pocas horas, vinieron a mí, no tres, sino muchas alternativas.

Las soluciones “binarias”, generalmente ponen de manifiesto un mal entendimiento o un mal planteo del problema. Y no deben implementarse hasta que alumbren otras.

Llegado el momento de las cosas que importan, los planteos del tipo “blanco – negro”, “ganar – perder”, “seguir – abandonar”, “quedarse – irse”, y al igual que tantos otros, sin dejar de ser válidos como alternativas a considerar, no pueden ser los únicos. Y si son los únicos, no son suficientes.

Todos ellos son simplificaciones, muchas veces expresivas –si se quiere- de comprensibles hipertensiones, o de la ansiedad, entre otras cosas que podrían decirse. Pero nos ponen más cerca de una reacción, que de una decisión. Y aquí conviene puntualizar lo siguiente: *siempre son mejores las decisiones que las reacciones*: incluso, si las reacciones resultan adecuadas e, incluso, cuando las decisiones -a veces-, puedan ser desacertadas.

La dinámica decisoria, por sí misma, supone un “aumento” del yo, un crecimiento, la actualización de potencialidades acaso dormidas que tienen la oportunidad de ponerse de relieve en las estrecheces de la vida, cualesquiera sean estas.

Las reacciones, en cambio (y a lo sumo), traen el alivio de una “descarga”, pero dejan sin resolver aquello de que se trate y pueden dejarnos igual (sino peor) de cómo estábamos¹⁰⁵. En todo caso y en el mejor de ellos, descargarnos de “un peso” nos aligera, con vistas a lo que aún tenemos pendiente: resolver un asunto, crecer, cambiar.

En este sentido, usted debe estimular que sus pacientes -que tan frecuentemente plantean las situaciones en aquellos términos “binarios”, pongan de verdad todas las alternativas sobre la mesa. Después vendrá el momento de la decisión. Un terapeuta es, también, un proveedor de herramientas.

30. SOBRE LAS “MANIOBRAS DE DISTRACCIÓN”

El tero –ese ruidoso amigo que habita nuestros campos- tiene entre otras, una peculiaridad: pone los huevos en un lugar, pero grita en otro, alejado del nido. De esta manera, defiende, cuida y favorece el nacimiento y el crecimiento de sus crías, haciendo “bulla” en otro sitio, con lo que busca ‘engañar’ a los ocasionales y

¹⁰⁵ No confundir estas reacciones con la frescura de *la espontaneidad*, tan necesaria y requerida para una buena vida. Entre otras cosas, porque la espontaneidad supone y requiere de contento (contención) y de cierta tranquilidad en el orden, ajena a la experiencia de las reacciones que se quieren al servicio, muchas veces, de restablecer –precisamente- un orden que se estima o se teme vulnerado, o un estado de situación que se aprecia insostenible por sí mismo.

eventualmente peligrosos visitantes. Mientras tanto, el proceso que importa –el desarrollo de los teritos- continúa su paso.

Traducido para nuestros propósitos, esto puede querer decir varias cosas: una de ellas es que nunca conviene “pelear” donde está la resistencia a menos que uno esté dispuesto y en condiciones de “quemar las naves” (asunto del que nos ocupamos en otro momento).

“Pelea” donde está la resistencia, no hace más que fortalecerla. Sí conviene, entonces, realizar “maniobras de distracción”, que mueven al otro a destinar recursos y energías ante la expectativa de un interés inminente, que nunca va a llegar por allí.

Y así como cuando usted entra a comprar algo a un local y -habiendo visto lo que le gusta- pregunta por otra cosa para, recién después, inquirir sobre su real interés como al descuido, en psicoterapia muchas veces conviene lo mismo. Siempre a la espera del momento oportuno para poner el foco donde corresponde.

Las “maniobras de distracción” guardan estrecha relación con “el factor sorpresa”. Yendo al punto: no le diga a su paciente lo que todos le dicen (o ya le dijeron). Los pacientes, cuando eso sucede, en general nos lo hacen notar, con cierta decepción. Al respecto, pregunte antes de hablar: ¿con quién habló el asunto antes de hacerlo con usted?, ¿qué le dijeron?, ¿qué piensa su paciente acerca de lo que le dijeron?, ¿hizo algo con ello?, etc.

Pero si de todas maneras va a decir lo mismo que ya le fue dicho, verá de encontrar la forma de decirlo de un modo nuevo.

31. EL DESTINO DE LA ANGUSTIA

El tiempo y el espacio de cada sesión, son un tiempo y un espacio sagrados. Y lo son porque las personas, en ellos, nos disponemos a tomar contacto, a abrirnos, a poner a la luz y a poner en juego, aquello que más valioso tenemos: nuestro corazón.

Pero quizás como un reflejo de la contemporánea “cultura de los analgésicos”, conocemos no pocos terapeutas –mayormente jóvenes- que

desdican en la práctica aquello que ha sido una suerte de “regla de oro” que se nos ha enseñado a muchos de nosotros, en muchas de nuestras Facultades: “No se puede trabajar si el paciente no se angustia”. Y, consecuentemente, si el paciente no estaba angustiado, la indicación ha sido “hacer que se angustie”. Hacer que se angustie no ficticia y sentimentalmente, sino a partir de la trama y urdimbre misma del drama que lo atraviesa. No se trata de generar una angustia inexistente, sino de favorecer que aflore la que yace encubierta.

Mas, en los hechos, muchos terapeutas “huyen” de la angustia de los pacientes, quizás porque la angustia del otro regularmente nos angustia también a nosotros. O quizás porque temen que el paciente “se vaya mal” y, entonces, “no vuelva”. Y sobre todo porque en los últimos años, la angustia ha pasado a ser considerada como algo patológico y –al mismo tiempo- ha dejado de verse el carácter antropogénico de esa experiencia, ciertamente universal.

Predomina sobre ella –entonces- una valoración fundamentalmente negativa, como la de algo que debe evitarse a toda costa. Y esto es como sostener que ante algo de suyo angustioso, no debería angustiarme. Y que si me angustio, tengo un problema¹⁰⁶.

Aunque de lo que se trata, para ser veraces y sencillos, es que estar angustiado nunca es lindo, pero puede ser muy bueno y necesario. Así, las sesiones –que suelen iniciarse con la llegada del paciente angustiado- no pocas veces transcurren en la búsqueda, por parte del terapeuta, de “tranquilizarlo”.

Pero los maestros –Lacan para el caso, y por citar sólo uno-, no trabajaban así. Al revés, reconocían en la angustia un poderoso motor del cambio. Nunca han dicho que fuese agradable. Pero si han visto que ella es un camino por el cual transitar en beneficio de la mejoría. Y han dudado de las mejorías que se producían (y se producen) sin haber pasado por el cedazo de la experiencia angustiosa.

“¡Fácil!”, “Todo bien”, “No hay drama”: recuerdo un paciente muy querido, especialista en desdramatizar la existencia y –por supuesto- su propia existencia

¹⁰⁶ Se ha criticado la última versión del Manual DSM (V), señalando que no pocos de sus criterios suponen “la psicopatologización de la vida cotidiana”.

en particular. Y aquellas eran algunas de sus palabras cuando todo era difícil, cuando todo estaba mal y cuando el drama atravesaba con su incertidumbre momentos particularmente tensos de su vida.

Precisamente desdramatizar la existencia supone adoptar la posición vital de hacer a un lado, entre otras de toda centralidad, la experiencia de la angustia. Y –como hábiles “skaters”- pasar de una situación a otra mediante pequeños saltos, como si la urdimbre misma de la experiencia no fuese profunda, o como si las cosas vividas no tuviesen en nosotros una resonancia a veces muy duradera o como si el imperativo existencial tácito fuese que “hacer patito”¹⁰⁷ sobre la vida es igual a haber vivido mucho.

Todo esto, ciertamente, no es casual. En su libro “El Fin de la Modernidad” (que en estos días cumple 30 años de su primera edición), Gianni Vattimo -a quien nos hemos referido páginas atrás-, entre otros tópicos por demás interesantes se refiere a *la verdad*. Y nos dice lo que sigue:

*“El mundo verdadero se ha convertido en fábula”, dijo Nietzsche en “El Crepúsculo de los Idolos”. Y aquí no se trata empero, del “presunto” mundo verdadero, sino que se trata del mundo verdadero tout court. Y si bien Nietzsche agrega que de esa manera la fábula ya no es tal porque no hay ninguna verdad que la revela como apariencia e ilusión, la noción de fábula no pierde del todo su sentido. En efecto, la fábula impide atribuir a las apariencias que la componen la fuerza contundente que correspondía al **ontos on** en metafísica.*

...el mundo en que la verdad se convirtió en fábula es efectivamente el lugar de una experiencia que no es “ya auténtica”, que no es la experiencia que ofrece la metafísica. Esta experiencia no es ya auténtica, porque la autenticidad –lo propio, la reapropiación- ha perecido ella misma con la muerte de Dios.

¹⁰⁷ Así solía decirse cuando alguien arrojaba de manera paralela a un espejo de agua, una piedra plana. Esta puede desplazarse varios metros rebotando sobre la superficie, sin hundirse. Hasta que, claro, se hunde.

...ahora que <el mundo verdadero se ha vuelto fábula>, no existe ya ningún ser verdadero que las degrade a mentira y falsedad”¹⁰⁸.

Esto mismo que describe y saluda Vattimo respecto de la verdad, es lo que sucede respecto de la angustia: se ha vuelto *fábula*.

En todo caso, y si se quiere, una fábula incómoda de la cual hay que librarse, y cuanto antes, mejor. Ciertamente –y a riesgo de ser redundantes- igual que sucede con la verdad.

Estas superestructuras culturales es indudable que han inherido capilarmente, y tiñen la vida cotidiana de muchas personas que no han necesitado conocer a Vattimo y tampoco a Nietzsche (entre tantos otros que podrían mencionarse) para apropiarse y hacer suyas esas ideas, “verificándolas” en “la praxis del vivir”, según podría decir Humberto Maturana. Las personas, efectivamente –y esto es lo central- viven o intentan vivir según se desprende de esas “prescripciones”.

El problema –y como pasa también con nuestra amiga la muerte- es que más allá (y también más acá) de los discursos, la angustia sigue sucediendo y sigue siendo un testimonio de nuestro deseo de infinito y, al mismo tiempo, de la conciencia de nuestra finitud.

Y los efectos de esta superestructura cultural (psicológica y psicoterapéutica, según la parte que nos toca) montada a contrapelo del *ontos on* y de la realidad de un Dios que sigue vivo, no puede ser sino catastrófica tanto en el plano individual como en el plano social. Y no creo sea necesario ejemplificar con relatos o referencias de las innumerables catástrofes cotidianas.

Catástrofes cotidianas que, parece, ya no es posible atribuir a la vigencia de un “pensamiento metafísico” ni a una cultura “cristiana”: lo uno y lo otro han dejado de tener peso cultural hace ya varios siglos. Y de manera acelerada, en los últimos años,

Así las cosas, pasa con la angustia que como no se le quiere dar el lugar que le corresponde y de suyo tiene, aparece irrumpiendo -muchas veces

¹⁰⁸ El Fin de la Modernidad, Gianni Vattimo, Ed. GEDISA, Barcelona, 1987, pág. 28, 29 y ss.

masivamente-, en las circunstancias menos oportunas y discordantes, amenazando con arrastrarlo todo. Entonces, en vez de revisar como venimos viviendo, apelamos a una pastilla o a tecnologías que la alivian.

El destino de la angustia –de continuar en este camino- es difuminarse y, así, abarcarlo todo. Pero también adormecerse, hasta irrumpir en accesos que parecerán de locura. Accesos que serán de locura, sobre todo, en la medida de vidas que han decidido (con clara conciencia o sin ella), vivir de espaldas a la realidad profunda. Estará bueno y es necesario que la psicología y la psicoterapia se ocupen de esto no sólo interviniendo en situaciones específicas, sino en términos de salud pública.

32. LACAN Y “EL PUNTO DE ALMOHADILLADO” LA DURACIÓN DE LAS SESIONES

Cuando yo comencé a estudiar Psicología, a mediados de los años 70', todavía se sostenía que los pacientes debían ir a sesión entre tres y cuatro veces por semana. Y también era materia de entredichos la duración de una sesión individual: si debía extenderse durante 50', o si debía ser de 45'.

También era la época en la cual los consultantes 'pagaban las vacaciones' de sus terapeutas, cuando ambas no coincidían en el tiempo. Y, como por arte de biribirloque, muchos terapeutas solían vacacionar en Febrero, a contrapelo de los abogados...y muchos de los pacientes en Enero. Así que durante Enero –y para que el profesional conservase el horario disponible- ese paciente habría de formalizar su pago a modo de reserva aunque, obviamente, no asistiese.

También se discutía acerca de la conveniencia de las sesiones individuales “vs” las sesiones grupales, como si se tratase de cuartos estancos, enfrentados tanto metodológica como teóricamente. Y de manera muy incipiente, apenas asomaban las terapias familiares.

Y a tenor de los cambios y transformaciones habidas, leo lo que escribo y siento que propiamente he sido contemporáneo de los dinosaurios.

Pero más allá de lo anecdótico, lo que nos parece interesante es tomar nota de la rigidez paradigmática que, entre otras cosas era –ciertamente-, propia de la época. Y del peso –que bajo la forma de prescripciones y encuadres- esa rigidez pretendía tener sobre la práctica concreta de la psicoterapia.

Como un ejemplo amplio y al mismo tiempo expresivo de las disputas vividas tanto al interior de las diferentes posiciones teóricas y prácticas, cuanto entre orientaciones o escuelas diferentes, recuerdo muy vivamente un Congreso de Psicoterapia que se hizo en Buenos Aires, en torno del año 1980.

Una de las figuras estelares de ese Congreso –y disertante invitado- fue Hans Eysenck, el reconocido psicólogo inglés, continuador de los desarrollos de la psicología experimental y conductista de aquellos años.

Terminada su exposición se abrió paso a las preguntas. Y a partir de una de ellas, Eysenck respondió con una frase que –por otro lado- era una suerte de síntesis de las conclusiones a las que arribaba en sus obras¹⁰⁹: “*El psicoanálisis no cura*”, dijo. Un notorio murmullo de desaprobación recorrió buena parte del auditorio (a la sazón, la sala repleta de un cine que estaba en las cercanías de Cabildo y Juramento, en Belgrano).

Pero ni el auditorio ni los disertantes dieron por terminada allí la cuestión. Por la tarde, expuso –entre otros notables- Mauricio Abadi. En ese entonces, yo era un estudiante y Mauricio Abadi ya era un psicoanalista de renombre que – entre otras notas destacables de su vida profesional- presidió la Asociación Psicoanalítica Argentina. Algunos años más tarde pude tratar con él personalmente y fue muy enriquecedor para mí.

Lo cierto es que tras su exposición, una vez más se abrieron las preguntas. Alguien le preguntó a Abadi qué opinaba del conductismo: “¿*Conductismo?*”... – dijo Abadi haciendo una pausa en su inconfundible modo de hablar- “...*no lo conozco*”. Y dio por concluida la respuesta. Y aquella buena parte del auditorio - que antes reprobó los dichos de Eysenck- rompió en aplausos.

¹⁰⁹ Ver, por ejemplo, su conocida texto “Estudio Científico de la Personalidad”, Ed. Paidós. Hans Eysenck falleció en Londres en el año 1997.

Así transcurrían los días, en ese entonces, de parte sustantiva de la psicología. Aunque, por supuesto, en ese marco predominante de rigidez, siempre hubo quienes se atrevieron a cuestionar aquello que se consideraba “establecido”. Tanto por fuera de los marcos teóricos y metodológicos que resultaban hegemónicos en ese momento, como desde dentro de ellos mismos.

Y en este último grupo, se encontraba Jaques Lacan, respecto del psicoanálisis. No es este el momento ni el lugar para referirnos a su obra, vasta, rica e importante ni a los aspectos que lo llevaron a diferenciarse. Pero sí es momento de servirnos de algún aspecto de su práctica, al menos, tal cual él mismo la ha referido.

Para Lacan, en el contexto de una sesión, cuando se producía lo que llamaba “*una puntuación afortunada*” o –con más detalle- cuando se arribaba a un “*punto de almohadillado*”, en no pocas oportunidades, la daba por terminada sin importar el tiempo transcurrido, dando lugar a lo que llamó “*sesiones breves*”.

Lacan rendía culto de este modo a un dato central de la experiencia psicoterapéutica: los momentos fuertes de una sesión lo constituyen la apertura y el cierre. La apertura de la sesión pone las condiciones y el marco de lo que sucederá en su transcurso. Y el cierre, puntualiza y define. Lo que sucede “en el medio” generalmente no es lo sustancial ni –paradójicamente- lo central, aunque pueda ser indudablemente preparatorio de un cierre que se quiere enfocado y atinente.

Más allá de la fundamentación teórica de aquellas “sesiones breves”¹¹⁰, en la práctica, hemos de coincidir con Lacan. Es experiencia compartida con muchos profesionales que cuando sucede “una puntuación afortunada” o se realiza un buen señalamiento o una adecuada interpretación que da paso a un “insight”, lo conveniente es dar por concluida la sesión.

Con todo, y por la negativa, es posible recabar más experiencias relacionadas con lo contrario. Es decir, con sesiones que siguen adelante después de sucedido aquello. ¿Qué es lo que pasa, entonces? El “efecto de sentido”

¹¹⁰ Ver Escritos 1 - Función y Campo de la Palabra. Ed. Siglo XXI, Bs. As. 1992. Lacan falleció en París, en el año 1981.

producido (para decirlo con Lacan) o, sin más, el sentido verdadero alcanzado y captado por el paciente, se diluye, pierde fuerza, se racionaliza, se licúa, y tendemos a ponerle palabras y a “definir” algo que –de suyo- conviene dejar ahí. Conviene dejar ahí y, que por sí, alcance el lugar que corresponde en la configuración psicológica del paciente y, en síntesis, en su vida.

En uno de sus libros ya citado, Jorge Luis Borges dice algo que nos puede ser de mucha utilidad en el orden de la técnica: *“...a mi entender, lo sugerido es mucho más efectivo que lo explícito. Quizá la mente humana tenga tendencia a negar las afirmaciones. Recuerden que Emerson decía que los razonamientos no convencen a nadie. No convencen a nadie porque son presentados como razonamientos, los sopesamos, les damos vuelta y decidimos en su contra. Pero cuando algo sólo es dicho o –mejor todavía- sugerido, nuestra imaginación lo acoge con una especie de hospitalidad. Estamos dispuestos a aceptarlo”*¹¹¹

Frente al “insight”, entonces, *no aclare que oscurece*, como suele decirse vulgarmente. Y si puede, suspenda la sesión allí mismo. Y nos veremos en la que viene.

33. RESULTADOS VS. PROCESOS. NO APUESTE A LOS RESULTADOS: SON MÁS IMPORTANTES LOS PROCESOS

Un examen. Una salida importante donde parece “jugarse” el futuro de una relación. Un trabajo buscado y deseado durante mucho tiempo que está por concretarse... pero que todavía no. Una conversación tan necesaria como temida. Todo ello, es de resultado incierto, en la inmensa mayoría de los casos. Animarse, intentarlo, ponerse en juego, ya es un logro, más allá del resultado.

No deje que se “pegue” el proceso terapéutico a los resultados. Y esto, por varias razones. La primera de ellas tiene que ver con que los resultados no garantizan necesariamente ningún progreso ni ningún cambio. Incluso, diré,

¹¹¹ ARTE POETICA – Seis Conferencias, La Metáfora, p. 48. Ed. Crítica, Barcelona, 2001.

desentiéndase especialmente de los resultados positivos, sobre todo si son rápidos.

Cualquiera de nosotros que haya practicado o que practique un deporte sabe que ha sido o que puede ser capaz de una jugada excepcional y de lograr un triunfo. Pero jugar bien a ese deporte, es otra cosa. Y es otra cosa que pone las condiciones para que los buenos resultados se den con regularidad.

Por eso, desentiéndase de los resultados. Y de los buenos resultados, especialmente. En lo personal, yo necesité tempranamente dos lecciones al respecto. Hace muchos años, jugaba yo al basket y al futbol en los equipos del colegio secundario al que concurrí. Y en ambos deportes, los entrenadores, me enseñaron la misma lección.

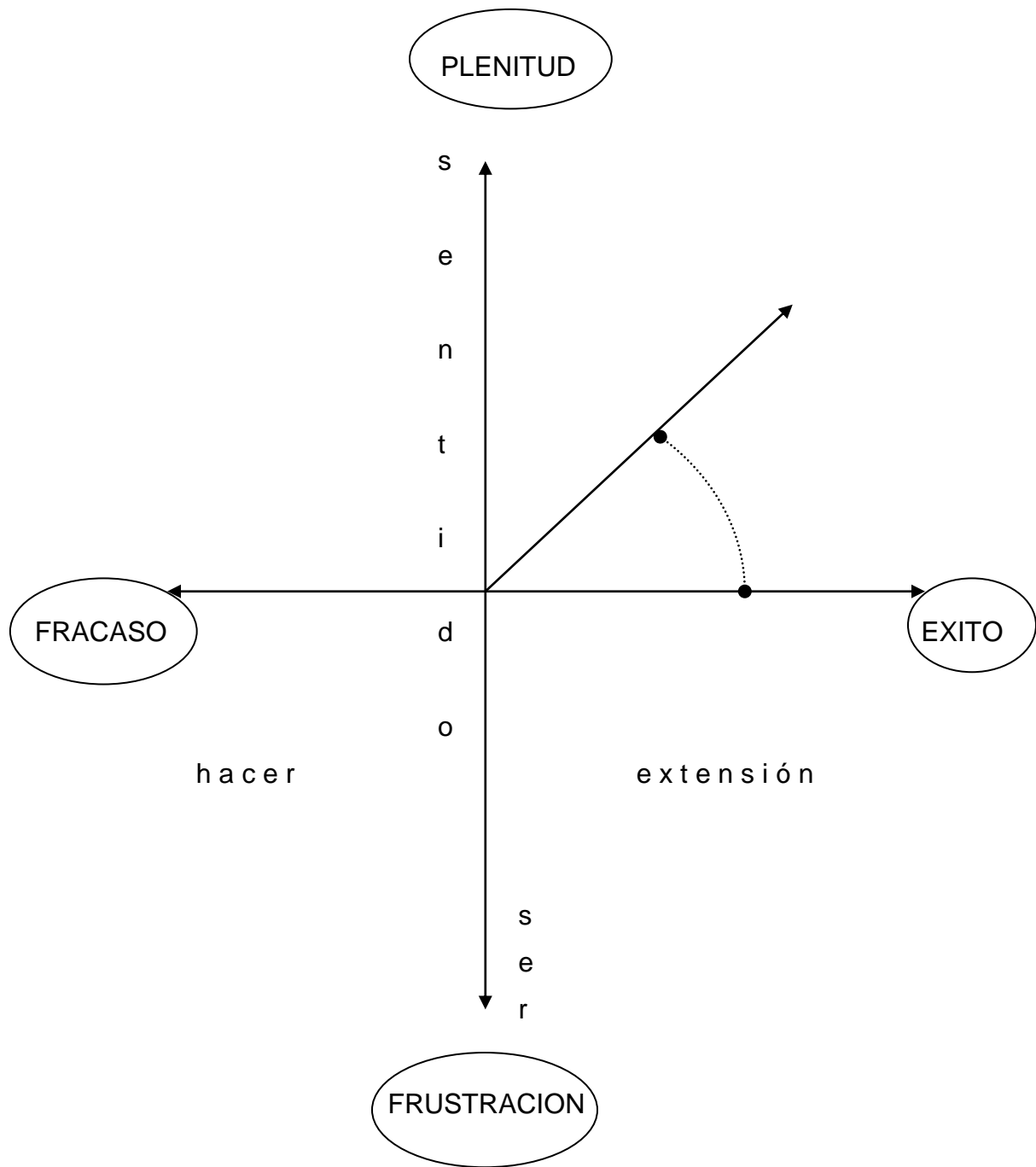
En un caso, jugando basket, quedé mal parado y absolutamente de espaldas al aro. Y así, de espaldas, y sin mirar, lancé al aro, logrando un doble. Mis compañeros me abrazaron. Los contrarios quedaron estupefactos. Nuestro entrenador, de apellido Draghi (hermano de Norberto, que fue campeón en el Club Obras Sanitarias), me sacó de la cancha y me reprendió: “¿¡Quién me creía yo que era?!”

Jugando futbol, desbordé por la derecha pegado a la línea y casi llegando al final de la cancha, quise tirar un centro. La verdad, no le pegué bien a la pelota. Pero un poco de viento también ayudó. Y la pelota hizo una “comba” extraña y se “coló” en el ángulo del segundo palo del arquero. Yo salí gritando el gol. Y, terminado el festejo, Ricardo Crosta, nuestro “coach”, me sacó de la cancha. Y no para ser aplaudido, precisamente. Grandes maestros y diré que, *in nuce*, grandes terapeutas. Draghi y Crosta.

Esos buenos resultados, condicionan la terapia. Atentan contra la confianza del paciente en la capacidad que Ud. tiene de ayudarlo, porque alimentan una idealización del todo inconveniente. Cimentan la convicción de que si tiene “éxito”, está “todo bien” y “ya cambió”, cuando la gran mayoría de las veces no ese el problema sino que, el problema, es más de fondo y se relaciona con la actitud del paciente (y no con el éxito o el fracaso de una acción determinada). Del mismo

modo, en medio de esta “cultura del éxito”, el apego por los “resultados” favorece la suposición de que el fracaso es igual a la infelicidad.

Por ello, promueva en sus pacientes una mirada más profunda de la existencia. “Frustrar, frustrar, frustrar...” , decía Lacan, a quien ya nos referimos anteriormente. Y una vez más, en este dicho (y sin ir a su posición de fondo), hemos de estar de acuerdo. Frustrar, hasta que el paciente se tope con la verdad.



Promueva, decíamos, una mirada y –básicamente-, una experiencia más profunda de la vida en sus pacientes. Veamos: el gráfico quiere se expresivo de dos dimensiones constitutivas de la vida humana: la dimensión vertical del ser y del sentido, y la dimensión horizontal de la expansión y del hacer.

A partir de ellas, quedan delineados cuatro puntos cardinales, que dan lugar a otros tantos cuadrantes. Así, puede que alguien tenga éxito en el orden del hacer pero se encuentre frustrado en el orden del ser. O que fracase en el orden del hacer y se descubra pleno en el orden del ser. No detallaremos los otros cuadrantes porque simplemente el lector puede arribar por sí mismo a las conclusiones de cada uno de ellos.

Si esto es así –y creemos, claro, que esto es así- va de suyo que solo aquellas acciones que se acompañen de un crecimiento en el orden del ser, de la experiencia de sentido, de la genuina realización personal serán, en verdad y en sentido pleno, buenos resultados.

¿Quiere decir esto que debemos desentendernos de lo síntomas? En absoluto. Pero sólo centrarnos en lo sintomático, apegándonos al logro de resultados, supone una mirada de corto alcance en relación con la vida del paciente. La misma vida, por otra parte, y en general bastante rápidamente, se encarga de desmentir el “resultadismo”.

¿Sirven, entonces, o no sirven las técnicas contemporáneas que facilitan la evitación o que son distractivas? ¿Hemos de favorecer que el paciente desarrolle destrezas para rodear, evitar, desensibilizarse frente a los obstáculos que se le presenten?

En el contexto de una mirada integral del paciente, claro que sí. Fuera de ese contexto, obviamente no. Sobre todo, si aquello que nos mueve es lograr el cambio.

Así las cosas, el trabajo con los síntomas constituye una oportunidad: justamente una oportunidad de aprender acerca de sí mismo y acerca de aquello que favorece su ocurrencia, de ponerse a prueba sin que esa prueba sea “eliminatória”, para identificar sensaciones y movimientos interiores.

Utilice esos momentos de experiencias puntuales y “límites” para mostrar a su paciente cómo funciona, no qué tal fue el resultado. Sírvese de aquello para que aprenda a identificar claramente qué siente antes, durante y después, para que vea la adecuación o la inadecuación de sus sentimientos de cara a la realidad de la experiencia.

Hable con él, entonces, de la objetividad de los sentimientos: no sólo de la objetividad de los conocimientos. Como hemos dicho páginas atrás, cuanto más adecuados a la realidad de la experiencia sean mis sentimientos (cuanto más adecuados a lo que de verdad pasa, a la realidad de un vínculo, por ejemplo) mayor salud psicológica.

No sentirse triste por la muerte de una mascota querida y seguir adelante como si nada hubiera pasado, es algo tan nefasto como detener la vida por ello y permanecer en cama por esa causa durante varios días.

Promueva, entonces, el desarrollo de hábitos psicológicos saludables. Pues en esto han visto muy bien no pocas orientaciones psicológicas: parte sustantiva de la psicología humana, se entiende, expresa y explica a partir de los hábitos.

34. SEA MAGNANIMO

“El hombre prudente... –dice Maquiavelo- ...ha de hacer como los buenos arqueros que, conociendo la distancia del blanco y la envergadura del arco, levantan la mira por encima del punto destinado, no para llegar con su flecha a tanta altura, sino para dar en el blanco con la ayuda de mira tan alta” (El Príncipe, p. 18).

Sea magnánimo. La magnanimidad es una virtud un poco olvidada. Y forma parte de la templanza. La magnanimidad supone un espíritu y una mirada generosa en relación con el otro, una apuesta por su persona y por sus condiciones aún en medio de las tribulaciones más graves. Una fuerte e inquebrantable esperanza, una confianza casi provocativa y la calma de un

corazón sin miedo, que no se deja rendir por la confusión cuando esta ronda el espíritu¹¹²

Y no solo sea magnánimo en la mirada: sea magnánimo en la acción. Y enseñe al paciente a tener una mirada magnánima acerca de sí mismo y a llevar adelante grandes acciones. Que no se contente con poco, o con algo: mejor – como dijimos en otro momento- que lo quiera todo. La realidad se va a ocupar de poner cada cosa en su lugar. Pero poner cada cosa en su lugar no es tarea suya.

Sostenga y promueva la actitud prudente de aquellos buenos arqueros según refiere Maquiavelo. No facilite ni aliente que su paciente sea medroso. Es mejor apuntar alto y procurar llegar lejos –no importa de qué se trate- que por cuidar el paso, quedarse “corto”. Como muchos sabemos por experiencia, si se estudia para sacar ¡un glorioso 4 (cuatro)!, lo más probable es que uno habrá de volver a la Mesa en el siguiente llamado. Lo que conviene es apuntar más alto y, si todo resulta bien, a lo mejor uno alcanza la gloria.

No elija a la persona que usted crea más fea de su entorno, porque le da más seguridad que la persona más linda que es la que a usted le atrae. Vaya por la persona más hermosa. No busque “un trabajito” para “zafar” e “ir tirando”. Busque el trabajo que le llene la vida, empéñese por él, deje girones de su existencia si fuese el caso. Pero no renuncie a sus deseos legítimos por arduo que le parezca el camino.

Por tanto, vaya por más, apueste grande, confíe mucho, siempre más. Sea magnánimo.

35. ELOGIO DEL DESEQUILIBRIO

Como un legado notoriamente vivo de la influencia de la Física en las ciencias en general, en la psicología en particular y en toda la cultura, llega hasta nosotros la noción de *equilibrio* que ha penetrado capilarmente en el habla cotidiana.

¹¹² Ver “Las Virtudes Fundamentales” (“Templanza”), de Joseph Pieper, Ed. Rialp, p. 278.

Las personas la aplican, por ejemplo, para evaluar una relación de pareja: “Mi relación con Marcela, es equilibrada. Nos llevamos bien”. O como criterio de salud y enfermedad: “Julián es un desequilibrado”.

Pero a poco que examinemos la noción, veremos que se aleja bastante de lo que puede considerarse un criterio suficiente y en sí mismo laudable. El equilibrio viene a expresar, básicamente, que un cuerpo se encuentra en reposo gracias a la acción que ejercen sobre él fuerzas que se compensan y eventualmente, se destruyen.

O sea: que la relación con Marcela sea equilibrada quiere decir, primero, que está en reposo. O sea (perdón), ¡qué es sumamente aburrida, que está quieta y que no va a ningún lado! Y que Marcela y usted vienen haciendo fuerza, el uno contra el otro (evitando básicamente que el otro “le pase la máquina”) y que a eso llama bienestar en la relación.

En la misma línea, Julián, que ha decidido cambios drásticos en su vida – hasta entonces una vida prolijamente burocrática- ha perdido el equilibrio y su salud psíquica comienza a volverse sospechosa para su entorno. Y puede ser. Pero el entorno de Julián ha hecho de la “adaptación” un dogma. Y se resiste a que “uno de ellos”, sea “un desadaptado”. ¡Felices los desadaptados, digo, porque ninguna vida grande y linda ni ninguna cosa importante se hizo en la historia a partir de adaptarse! Más bien, precisamente, todo lo contrario.

Las personas, justamente -y en tanto estemos vital y existencialmente animadas- vivimos continuamente rompiendo los equilibrios: cambiar, crecer, mejorar, aprender. No hacerlo es vivir “en la zona de confort”, que puede ser tan comfortable como poco vital.

En todo caso –y como cualesquiera otras cosas- lo que importa es la verdad y es el amor. Equilibrio y adaptación no se llevan bien con una vida feliz.

36. PREGUNTE

Nunca será suficiente insistir sobre esta cuestión. Aunque entienda claramente con la primera explicación, pregunte: encontrará matices, nuevas luces y claroscuros que lo ayudarán a comprender mejor aún.

Tenga en cuenta que, siempre, lo que usted entendió es mucho menos y mucho más pobre que lo que el paciente le ha contado o dado a entender. Al mismo tiempo, es mucho más pobre que lo que de verdad sucede en la vida de su paciente. Las personas, ni aunque lo queramos y nos propongamos hacerlo, no podemos “darnos vuelta como una media”. En último término y en el sentido estricto de la palabra, las personas somos –para nosotros y para los otros– inefables.

Explore los sentimientos de su paciente y –sobre todo– invite a su paciente, con sus preguntas e insinuaciones, a que él mismo explore y descubra los matices: después de todo, eso es lo que importa. Escuche, como dijimos en otro momento, lo que no se dice. Y llame eso no dicho al presente de la sesión. Mire la concordancia entre lo dicho, lo silenciado y el lenguaje corporal. Esté atento al tono de voz, a sus matices y significados.

La comunicación –según se atribuye a Ghandi– *debe ser proporcional a los sentidos*. Tenemos dos orejas y una sola boca. Por lo cual *debemos escuchar el doble de lo que hablamos*. En la misma línea, y dado que también tenemos dos ojos, *debemos observar el doble de lo que regularmente lo hacemos*, antes de hablar. Sólo entonces, después de haber escuchado y observado de este modo, nuestras palabras y nuestra intervenciones tendrán posibilidades ciertas de resultar efectivas, atinadas y oportunas.

37. TRADUZCA EN SUS TERMINOS LO QUE EL PACIENTE LE DICE

Así como hay personas... y personas, también hay relatos... y relatos. Hay pacientes que parecen sumamente puntillosos en el relato de sus experiencias. Y hay quienes presentan una “síntesis” con “los puntos” supuestamente importantes.

Están también aquellos que formulan una historia entrecortada intercalando, a veces en desorden y sin mucha conexión, sustantivos y verbos a partir de los cuales entienden que se han explicado; y hay quienes presentan algo así como un “cuadro sinóptico”.

También hay quienes “se van por las ramas” en un relato que nunca “cierra” y que, al poco tiempo, cuesta entender, o es necesario volver atrás para recuperar el sentido; y hay quienes relatan como si no hubiera “ramas”, como quien entiende que con el solo “tronco” es suficiente.

Hay quienes en medio de una fuerte conmoción emocional, apenas refieren tres, cuatro palabras, o frases, con las cuales tratan de compartir y darnos a entender las causas de sus sufrimientos. Y la enumeración podría ser aún más extensa.

Las personas nos comunicamos como sabemos y podemos. Y a veces, apenas podemos, aunque sepamos.

Pero ningún problema se puede resolver si no está bien planteado. Es más: un adecuado planteamiento del problema, no solo es condición *sine que non* para resolverlo, sino que –además– es el principio mismo de la solución. Ya hemos tratado esto mismo, bien que tangencialmente, al abordar la cuestión del Diagnóstico.

Por ello, tanto para usted mismo como para su paciente, traduzca en sus términos lo que el paciente le dice. Use –si fuese el caso y esto es, de todos modos, aconsejable– las mismas palabras y el mismo “código” con el que su paciente se ha expresado. Pero recupere el sentido del discurso porque es ello lo que le permitirá arribar a conclusiones y avanzar en las sesiones.

Un equívoco

En muy buena parte de nuestro paso por la universidad, creo que se encuentra implícito un equívoco que –aunque conocido- conviene poner de manifiesto de inmediato: *la psicoterapia no es una ciencia*. Por lo tanto, y en este sentido, no puede aprenderse como se aprenden las ciencias.

No puede aprenderse psicoterapia como se aprende, por ejemplo, Historia, Biología, Derecho, Matemáticas o Geología. O -digámoslo claramente y desde el principio- como debería aprenderse Psicología.

Si bien en la psicoterapia hay una apelación y está supuesto un “logos”, propio de un saber científico, sin embargo, está fundamentalmente orientada a la acción y es, en mayor medida, una *praxis*.

Pero no solo por ello la psicoterapia no es una ciencia. Tampoco lo es -puntualmente- porque no se refiere al *universal*: su punto de mirada es siempre *el hombre concreto y particular*. Y, como es sabido, la ciencia no versa sobre los particulares. No existe la ciencia acerca de Pedro o acerca de María.

Para la ciencia, Pedro y María son “casos del universal *hombre*”, a los cuales podrán corresponderle un número importantísimo de características comunes que comparten con un número “*n*” de casos dentro de la clase.

Pero ello, todavía, no nos ha dicho nada (ni nos lo dirá) acerca de la persona concreta de Pedro ni de la persona concreta de María. Al servicio de ese conocimiento universal acerca de Pedro y de María se encuentra, por ejemplo (y junto con otras ciencias), la Psicología.

Pero la psicoterapia no se ocupa del universal “hombre” sino, puntualmente, del particular “Pedro” o del particular “María”. O de la pareja que constituyen. O de la familia que han fundado. O del grupo del que forman parte.

Un abordaje terapéutico desde un supuesto punto de vista científico acerca de la realidad concreta de Pedro y de María, nos haría pasar por alto –justamente- las peculiaridades específicas de Pedro y de María, es decir, aquello que objetivamente son en tanto que personas: estos sujetos concretos, con esta

configuración y características personales, con esta historia, en esta circunstancia concreta, con esta esperanza, con estos padecimientos específicos, con estas necesidades y estos requerimientos particulares.

O son “Pedro” y “María”, con su riquezas y sus gozos, con sus límites, con su esperanza, con sus miserias y con su misterio, o son “n” y -por lo tanto- “casos de hombre”, con tal o cual trastorno psicopatológico, desorden, necesidad, etc.

Ahora bien: siendo esto así, salta a la vista –y es experiencia compartida por la inmensa mayoría de los egresados de la Carrera de Psicología- que nuestra formación universitaria a los efectos del ejercicio de la psicoterapia, es francamente deficitaria.

La formación que hemos recibido en las aulas es eminentemente “teórica” y divorciada de la práctica. Y conviene aclarar que “teórica” quiere decir –en este caso- racionalista y desencarnada. Aunque esto viene a cuento de la Psicología que hemos estudiado.

Porque en cuanto se refiere a la psicoterapia, basta tomar el Plan de Estudios de una Carrera en cualesquiera de nuestras Universidades para comprobar las escasísimas horas que bajo el rubro “Psicoterapia” o “Técnicas Psicoterapéuticas” (entre otras denominaciones similares) se le dedica al particular. Además –tales asignaturas- supuestamente ordenadas a la práctica, transcurren por regla general bajo la modalidad de “cursada”.

Es verdad que suelen intercalarse visitas a hospitales neuropsiquiátricos o a entidades privadas de atención a modo de “práctica”.

Pero eso sucede –también regularmente- en las materias del área psicopatológica -y como para que los alumnos vean alguna vez una persona con dificultades.

Los habitualmente entusiastas docentes de aquellas magras asignaturas de orden estrictamente psicoterapéutico, más contemporáneamente, intercalan –entre otras cosas- videos de sesiones y otras metodologías de enseñanza que buscan acercarse a la práctica.

Y, claro, también se dan las recurrentes sugerencias realizadas a los alumnos relacionadas con realizar su propia “terapia”: pero esto está planteado

más en la línea de resolver eventuales problemas propios, o de conocerse, que de aprender psicoterapia (aunque de esa práctica resulte –como es sabido- un aprendizaje más “per efectum”, que “per intentionem”). Todo esto es claramente insuficiente.

Entonces, no podemos evitar preguntarnos si los psicólogos, que estamos legalmente habilitados para el ejercicio de la psicoterapia, estamos en verdad legitimados para ello al concluir nuestros estudios universitarios.

¿Y el paciente “tipo” que puebla la inmensa mayoría de los consultorios de los profesionales?... ¿ese paciente –decimos- que no tiene cuadros nosológicos ni graves ni claramente definidos, que no presenta mayormente trastornos de personalidad estructurales y que con esfuerzo nos atreveríamos a denominar “neuróticos”, si no fuera desde siempre una expresión equívoca?. ¿Y el trabajo en hospitales, o de franco servicio comunitario que realizan en número tan importante psicólogos y psicólogas, pero que tira por la borda todas las ideas relacionadas con un supuesto “encuadre” que sería condición *sine qua non* para trabajar?

¿Cómo es que esto no ha llevado todavía a una seria y verdadera reformulación de los planes de estudio y de la formación que, en su conjunto, recibimos los psicólogos? ¿Y cómo es que no ha llevado todavía a revisar los cuerpos teóricos, los supuestos y los lineamientos generales de muchas asignaturas?

Las circunstancias que describimos traen aparejado que la formación de un profesional psicólogo que desea ejercer la psicoterapia se realice ‘en paralelo’ -y mayoritariamente- por fuera del ámbito universitario.

De hecho, muchas entidades han captado hace tiempo (desde siempre, diríamos) esta necesidad, este vacío formativo, y ofrecen diversas variantes y alternativas, muchas de ellas muy serias, eficientes y dignas de elogio. Las preguntas, sin embargo, siguen sin respuesta porque: ¿dónde se formaron los formadores?

Por supuesto: los formadores se formaron en la universidad y sobre todo, fuera de la universidad: en la práctica y de la mano de sus maestros. ¿Y dónde

están esos maestros? Muchos de ellos en la universidad, se nos dirá. ¿Y qué es lo que sucede, entonces? Dos o tres cosas, según entendemos.

Una de ellas, tiene que ver con que la estructura de los planes de estudio y de las asignaturas –como recién señalamos- , es obvia y absurdamente enciclopedista, fuertemente racionalista e increíblemente divorciada de la práctica para la que se suponen habilitan.

Otra tiene que ver con la responsabilidad legal ante los posibles tratamientos y las comprensibles y eventuales dificultades que pueden derivarse de ellos: las universidades no parecen muy dispuestas a asumir esta circunstancia, ni siquiera en los posgrados, ni siquiera planteando la formulación de leyes que las resguarden o tomando otro tipo de recaudos (como podría ser un seguro de mala praxis).

La tercera, tiene que ver con que para muchos de los maestros –aunque justo es reconocer que no para todos-, no es rentable enseñar dentro de la universidad -con sus magros salarios, su estructura insuficiente y su clima regularmente burocrático y sí lo es -en cambio-, hacerlo en entidades privadas de las cuales participan.

Una triple confusión

Otra ausencia significativa en el contexto de nuestra formación, es la de *una psicología del hombre sano, adulto y normal*. No es el momento de entreverarnos en las siempre difíciles consideraciones acerca de la salud y la enfermedad pero sí corresponde, y es posible, señalar que la psicología del hombre –en el contexto predominante de nuestra formación- resulta definida *por defecto y a partir de la enfermedad*.

En el fondo de esta circunstancia reside la confusión entre la Psicología y la Psicopatología. Este déficit da lugar, por tanto, a *una triple confusión*: la “mezcla” de psicología, psicoterapia y psicopatología.

De resultas de ello, un egresado de la carrera pudo afirmar que, pese a haber estudiado mucho, terminó sus estudios sabiendo poco de psicología, poco de psicopatología y casi nada de psicoterapia.¹¹³

Sobre los tiempos que corren

Debemos agradecer a los tiempos críticos que corren –como hemos dicho en algún otro momento- una suerte de apaciguamiento que nos permite abrirnos al diálogo entre quienes nos dedicamos a la psicología y ejercemos la psicoterapia. Y esto es así aunque en principio, tal apaciguamiento y tal apertura, sean expresivas de una derrota no reconocida y, por lo tanto, no asumida como tal.

En este marco de diálogo, entonces, y sin ánimo de fijar una posición definitiva, diré que observo por lo menos tres cuestiones que –me parece- cuanto menos merecen alguna reflexión: primero, un descredito de la así llamada *psicología profunda*; segundo, una fuerte *medicalización* de la psicoterapia, y en tercer lugar, un cercano triunfo cultural (si es que ya no es un triunfo consumado) del “homo technologicus” y de los desarrollos terapéuticos a él inherentes. Al mismo tiempo, se aprecian nexos entre unas y otras cuestiones. Y si bien ninguna de ellas es novedosa y –al contrario- pueden resultar obvias, ofrecen hoy un panorama particular¹¹⁴. Digamos algo acerca de cada una.

A los ojos de la cultura psicológica que parece predominante en la actualidad, la así llamada *psicología profunda* puede ser muy linda, interesante incluso, pero *no sería útil*.

¹¹³ Si bien no nos anima en este momento un empeño de “exégesis epistemológica” ni queremos adentrarnos en la historia, no podemos dejar de mencionar que entre las principales causas de esta triple confusión y –por lo tanto- del equívoco con que comenzamos este punto, se encuentran: a) la *Teoría de la doble verdad* [Averroes]; b) la *escisión nominalista*; c) el *homo duplex cartesiano* y, d) el *positivismo*.

¹¹⁴ Para lo que tratamos en este punto, consultar también el artículo “¿Adiós al diván?”, de Laura Reina en el diario La Nación del 25 de marzo de 2017. Puede accederse al mismo siguiendo este link: <http://www.lanacion.com.ar/1998124-adios-al-divan>. En el mismo sentido, puede verse también “Breves y Dinámicas: las psicoterapias que le disputan terreno al psicoanálisis”, artículo de Irene Hartmann (ihartmann@clarin.com), en el diario Clarin del domingo 14 de mayo de 2017, pág. 40 a 42 inc. Sugerimos, también, “Adios a Villa Freud”, de Nicolás Rotnizky, en diario La Nación del 8 de junio de 2017, pág. 28.

¿De qué puede servir entender más y mejor la psiquis humana desde los enfoques tradicionales (muchos de ellos enfrentados entre sí, por otra parte), si las conductas, motivaciones, creencias no cambian y los síntomas eventualmente persisten?

¿Cuál es el sentido de asomarse a las abismales consideraciones asociadas a la subjetividad, la conciencia y el inconsciente, si en definitiva los comportamientos y sensaciones –que serían lo importante- continuarán siendo los mismos o, en el mejor de los casos, alcanzarán modificaciones transcurrido no poco tiempo, sin que sea posible –desde la perspectiva del marco predominante- garantizar la científicidad de los conocimientos alcanzados y de los procedimientos sugeridos?

Rápidamente viene a mi memoria aquella expresión, tan típica como crítica, que formulaba el positivismo decimonónico, puesta ahora en boca de algunos de nuestros contemporáneos: la *psicología profunda* sería algo así como enredarse “... en las vanas discusiones de filósofos”. A su rescate y en su reemplazo, en el mejor de los casos, han venido las neurociencias, particularmente, la psiconeuroendocrinología y otras más. Y numerosas “terapias alternativas”.

Segundo: ha sido tan dura como absurda, la contraposición que algunas generaciones hemos vivido llegada la hora de plantearse la necesidad de que alguno de nuestros pacientes recibiese medicación. Sin señalar las consabidas salvedades, digamos que los psicólogos, “históricamente”, nos hemos negado a ello. Y los médicos, han entendido durante no poco tiempo que la psicoterapia llevada adelante por psicólogos, es “pura cháchara”, que ni siquiera ha servido para el elemental alivio sintomático.

Toda una manera de entender la angustia, por ejemplo, ha estado en discusión en esos entredichos: para los médicos, la angustia ha sido y es un síntoma a evitar, y al servicio de ello, medican. Para los psicólogos en cambio –al menos para muchos de nosotros- la angustia, ha sido una expresión no siempre desordenada ni necesariamente indicadora de patología y –además- siempre ha sido una herramienta preciosa. “No se puede trabajar si el paciente no se

angustia”, se nos ha repetido hasta casi hasta el cansancio en las Facultades a las que asistimos.

No ha sido fácil, muchas veces, el dialogo entre psicólogos y psiquiatras. El DSM V en la actualidad (y sus versiones previas) brinda un servicio importante en este sentido, poniendo a disposición –siempre a estos respectos- una herramienta de uso común que nos ha permitido, en principio, entendernos bastante (?) a partir de algunas coincidencias y del uso de un lenguaje que se pretende común¹¹⁵.

Pero así como se observa una progresiva *medicalización* de la psicoterapia, no se observa una paralela *humanización* de la medicina, cada vez más especializada y analítica, cada vez menos integral y menos humana. Y sobre esto que decimos, sugiero a nuestros amigos y colegas médicos consultar a los pacientes y conocer su opinión.

Más aún: si he de atenerme a lo que veo y conozco, la *medicalización* se ha impuesto. No porque toda la psicoterapia sea “cháchara”, sino porque los médicos se han vuelto “técnicos” y porque una pastilla alivia, a veces, en el cortísimo plazo.

Y este es un resultado afín a la sensibilidad contemporánea en un doble sentido: por un lado, porque se ha perdido de vista el sentido del dolor bajo cualesquiera de sus formas (la angustia, que recién mencionamos, es uno de ellos) y por otro, porque se valora positivamente el “corto plazo” y los “¡resultados ya!”, más que el esfuerzo –a veces extendido en el tiempo y difícil- que puede llevar recuperarse o cambiar.

¹¹⁵ El requerimiento de las O. Sociales y empresas de medicina pre paga del uso del DSM, más que fundado en razones psicológicas y/o médicas, se funda en la pobre cobertura que mayoritariamente ofrecen para las dificultades de tipo psicológico y/o psiquiátrico: un número de sesiones fijas, que han de pautarse en su naturaleza, con procedimientos que deben ser anticipados, con una determinación relacionada con la duración del tratamiento, con un esbozo de prospectiva, con informes periódicos relacionados con el avance del mismo. Todo ello no sería así si las razones que fundan tales demandas no fuesen casi exclusivamente de orden económico. Aunque, claro, si las razones no fuesen de orden económico, las demandas muy probablemente serían de una calidad diferente aunque –probablemente- más centradas en las necesidades reales de las personas, así como en la realidad de los tratamientos que se indican y se cursan.

Tercero: confieso haber pensado que, de la mano de Lacan, la psicología (y la psicoterapia) habían dado “una vuelta de campana” metafísica: del **ser** (todo lo claro, contradictorio o todo lo nuboso que se quiera), a la **nada** (esta sí, clara y distinta). Y me pareció también –sin desconocer otros aportes de significación- que ello de alguna manera explicaba de manera abarcadora buena parte de la historia y de la actualidad de la psicología.

Pero ahora debo confesar que -según parece-, me equivoque: ni el ser, ni la nada. En su lugar, empirismo y fenomenismo, bajo la forma de tecnologías. Tanto es esto así, que ya no cabe definir al hombre como “homo sapiens”, o como “homo faber” (o de tantas otras maneras en desuso que se han ensayado en la historia) sino que ahora –propiamente- podemos definir al hombre como “homo technologicus”.

Así, la psicoterapia –aunque no solo la psicoterapia- ha virado hasta convertirse casi toda ella en una herramienta al servicio de que el sujeto funcione mejor. Las “humanidades” en general (la psicología en particular y –de manera sucedánea- la psicoterapia), se han vuelto cada vez menos “humanas” y cada vez más “tecnologías”. Y si no se han vuelto todavía, están en camino, sintiéndose un poco “culpables”, “atrasadas” o “extemporáneas”.

Y no solo ello: así como antaño se estudiaban algunos animales con la pretensión de entender mejor la psicología del hombre, hace ya tiempo se estudia programación con el mismo objetivo. Y al igual que antes, hoy también se extrapolan los resultados, tanto al servicio de una supuesta mayor comprensión del hombre, cuanto al servicio de desarrollar y aplicar las tecnologías desarrolladas en lo que se quiere sea su beneficio.

Ya no “descenderíamos” del mono (¡una verdadera antigüedad!), sino que “descendemos” del ordenador. ¿Una nueva “herida narcisista”?

Los fantásticos y maravillosos desarrollos tecnológicos parecen haber barrido con lo que antiguamente se llamaban “causas”, sumiéndonos en el imperio fenoménico de la imagen, la sensibilidad, el *in put*, el proceso y el resultado. No estamos lejos de “Matrix”.

Por otra parte y al mismo tiempo, los progresos en genética, neurociencias, programación neurolingüística, inteligencia artificial, etc. (por mencionar solo algunos de los desarrollos más ricos e interesantes y –también- más desafiantes), invitan a un replanteo de la psicoterapia tal cual la hemos conocido.

La revolución tecnológica que se despliega ante nuestros ojos y con nuestra participación, así lo requiere. Y resulta una invitación tanto si acordamos con ella, cuanto si tenemos cuestionamientos al respecto. En cualquier caso, lo que no podemos hacer, es negar su existencia, volviéndonos refractarios y buscando refugio en un tiempo pasado en el que supuestamente ‘todo era mejor’. Pero tampoco parece un buen camino una aceptación o adhesión a-crítica de las novedades, sin examinar con detalle las reales consecuencias de las mismas, sus implicancias y su significado en relación con el hombre concreto.

Digo, por poner un ejemplo sencillo, obvio y –si se quiere- de los que tal vez sea menos significativo, asociado a la cuestión del ‘encuadre’ (que supo ocupar un lugar destacado en la formación de muchos de nosotros): ¿qué hay que decir -si es que hay que decir algo- de los tratamientos que llevaron y llevan adelante numerosos colegas por medio de Skype, Whatsapp, Zoom, Meet, etc., etc.? ¿Hay algo que decir acerca de la “trasferencia” (y la “contratransferencia”)? ¿Y de la duración y frecuencia de los encuentros?

En la misma línea, aunque con mayor hondura: ¿qué decir de las contemporáneas técnicas de desensibilización? ¿Y de los innumerables tratamientos focalizados, que se llevan adelante en pocas sesiones? Y no hablamos de su concreta eficacia, claro, cosa que no pretendemos discutir: EMDR, bioenergética, constelaciones familiares, memoria celular, bioeducación emocional, coaching ontológico, *mindfulness* entre otras metodologías y técnicas.

Pero también hemos de preguntarnos acerca del sentido y el valor de los tratamientos que se extienden en el tiempo, sin otras modalidades que la presencial, cara a cara o diván, con un encuadre definido por la teoría de base, sin otras apelaciones técnicas que las “tradicionales” (interpretaciones, señalamientos, silencios, etc.) y que no parecen producir efectos: a veces, ningún efecto. O incluso, que a veces parecen producir empeoramientos.

Al mismo tiempo, con cierto fastidio -y como decimos en otro momento-, nos permitimos preguntar: ¿falta mucho para que estas preguntas lleguen de manera orgánica a las Facultades en donde se estudia la Carrera de Psicología? ¿Seguiremos adelante con los actuales “planes de estudio”? Y esos “planes de estudio”, ¿han sido realizados sobre la base de qué “contenidos mínimos” exigibles?¹¹⁶

“Cuando Tsi Gung andaba por la región norte del río Han, encontró un viejo atareado en su huerto. Había excavado unos hoyos para recoger el agua del riego. Iba a la fuente y volvía cargado con un cubo de agua, que vaciaba en el hoyo. Así, cansándose mucho, sacaba escaso provecho de su labor.

“Tsi Gung habló: Hay un artefacto con el que se pueden regar cien hoyos en un día. Con poca fatiga se hace mucho. ¿Por qué no lo empleas? Levantóse el hortelano, le vio y le dijo: ¿Cómo es ese artefacto? Tsi Gung habló: Se hace con un palo una palanca, con un contrapeso en un extremo. Con ella se puede sacar agua del pozo con toda facilidad. Se llama cigoñal.

“El viejo, mientras su rostro se llenaba de cólera, dijo con una risotada: He oído decir a mi maestro que cuando uno usa una máquina, hace todo su trabajo maquinalmente, y al fin su corazón se convierte en máquina. Y quien tiene en el pecho una máquina por corazón, pierde la pureza de su simplicidad. Quien ha perdido la pureza de su simplicidad está aquejado de incertidumbre en el mando de sus actos. La incertidumbre en el mando de los actos no es compatible con la

¹¹⁶ Un aspecto no menor y –al contrario- sumamente significativo, lo constituye lo que a simple vista parece una suerte de *ejercicio ilegal de la psicoterapia* por parte de numerosas personas, que avalan su formación y actividad en cursos y capacitaciones que no tienen ni requieren grado universitario, realizadas la mayoría de ellas en entidades privadas, muchas de las cuales otorgan certificados, títulos o diplomas sin valor oficial. Pero, “el uso y la costumbre” – desde hace ya varios años- parecen avalar que se abran “consultorios” o “centros” donde esas personas ofrecen servicios, sin ningún título habilitante. Las Universidades donde se dicta la Carrera de Psicología, los Colegios Profesionales y los Organismos gubernamentales –hasta donde conocemos- han sabido guardar un silencio por demás significativo acerca de lo que decimos, permitiendo que tales prácticas se extiendan, en desmedro de los intereses de todos los implicados.

*verdadera cordura. No es que yo no conozca las cosas de que tú hablas, pero me daría vergüenza usarlas” [Yuan Tsi, s. V a C.]*¹¹⁷.

Nosotros, ciertamente, renunciamos desde siempre a un sistema homogéneo en relación con el encuadre. Preferimos guardar un respeto silencioso y disponible ante el misterio, la abundancia, la inabarcabilidad y la inefabilidad del hombre.

Y nos encontramos abiertos para responder del modo que la realidad nos indique y permita, atentos a esta mujer, este hombre, a esta persona concreta que solicita nuestra asistencia.

La renuncia a un sistema homogéneo, no nos sitúa ni en el terreno del *sincretismo* ni en el terreno del *eclecticismo*, ambos territorios expresivos –cada uno a su manera- de quienes no han ahondado o han decidido no ahondar lo suficiente y prefieren desconocer las diferencias o minimizarlas o declararlas inexistentes.

La psicoterapia: a mitad de camino entre la disciplina y el arte.

Platón, y también Aristóteles, se ocuparon de establecer una diferencia de significativa importancia en atención a lo que venimos señalando y que nos ayudará a entender mejor qué cosa sea la psicoterapia.

Estos griegos se ocuparon de señalar las diferencias entre el arte y las disciplinas (o ciencias). Así, dijeron que *el arte se refiere a aquellas cosas que son de tal manera, pero que pueden ser de otra*. Mientras que *las disciplinas (las ciencias) versan sobre aquellas cosas que no pueden ser de otra manera*. “Pues cuando después de discutido algo se pone en claro, es disciplina (ciencia); cuando se trata de algo opinable y sólo verosímil, se llama arte”.

En el interesantísimo diccionario etimológico de San Isidoro de Sevilla, encontramos estas valiosas precisiones: “La palabra *disciplina* viene del latín, *a discendo*, aprendiendo, y por eso se puede llamar ciencia; pues la palabra latina *scire*, saber, viene *a discere*, aprender, porque nadie sabe, sino el que aprende.

¹¹⁷ Citado por Werner Heisenberg en “La Imagen de la Naturaleza en la Física actual”, p. 17. Ed. Ariel, 1976.

Por otra parte, se dice *disciplina*, porque se aprende llena o total, *discitur plena*. (En cambio) se llama *arte* a lo que se funda en reglas y preceptos de arte”¹¹⁸.

Otros dicen que *arte* viene del griego, *apo tes aretes*, es decir, *a virtute*, a virtud. Por *arte* ha de entenderse, entonces, la virtud, disposición y habilidad para hacer o producir algo, de acuerdo con ciertos métodos o modelos –métodos y modelos que pueden descubrirse, a su vez, mediante arte (Ferrater Mora).

El *arte* no es un contemplar (o un considerar), sino –fundamentalmente- un hacer. El arte no pretende decir qué es algo, o cómo es, o porqué es, sino hacer que algo sea (y esto es así, aunque no todo hacer pueda ser incluido dentro del arte).

El ejercicio de la psicoterapia –como es notorio- es más propiamente *un hacer* puesto al servicio del cuidado, del desarrollo, del crecimiento, del cambio del hombre. Que para este *hacer* yo deba saber las características psicológicas fundamentales de las personas, los cuadros psicopatológicos, los procesos evolutivos y sus diferentes manifestaciones y toda una gama y una nómina muy extensa de conocimientos no cambia las cosas: *no es en el “a priori” del saber donde se define el quehacer psicoterapéutico* (y menos aún en el de un saber desencarnado y racionalista).

La mayoría de los estudiantes, por otra parte, tienen esto muy claro. Las inevitables preguntas con las que llegan a la Facultad y que habitualmente realizan –sobre todo en los primeros años, pero que vuelven a asaltarlos en los últimos- tienen que ver con “cómo se hace”.

Ello, si bien desnuda cierto apresuramiento o ansiedad, también pone de manifiesto la actitud de servicio que nos anima a la mayoría de quienes nos dedicamos a esta profesión, más allá de las infidelidades e incoherencias que podamos tener y más allá de la “tentación” -tantas veces presente- de estudiar psicología para “conocerse” o para resolver problemas propios.

Esa **actitud de servicio**, que es lo que específicamente debe ser formada en todo aquel que quiere dedicarse a la “clínica psicológica”, no puede sino

¹¹⁸ ETIMOLOGIAS, Libro I – De Gramática – Cap. 1, pág. 6., B.A.C., Madrid, 1951

formarse en el servicio. Porque el lugar específico para la formación, siempre es la experiencia.

Fuera de la experiencia, está el discurso, y puede que también esté el discurso acerca de la experiencia que, aunque pueda ser muy fiel, ser una invitación y parecerse bastante, es un discurso y no es una experiencia.

¿Entrenar o seleccionar?

“Para gobernar un barco no se escoge al pasajero de la mejor familia”¹¹⁹

Y con esto hemos llegado a un punto decisivo. Siendo mucho lo que es posible hacer para que la psicoterapia se enseñe de mejor manera, resulta central –por las características de la tarea- formar al terapeuta. En este sentido no es suficiente con que éste conozca una amplísima variedad de recursos a su disposición, aunque es cuestión elemental y de decoro profesional que así sea.

En psicoterapia –como en tantas otras cosas, por cierto- los instrumentos son importantes. Pero más importante que ellos, es el ejecutante. Conocer la teoría de los colores y las técnicas implementadas por unos y otros pintores destacados, es bueno y necesario. Pero ser un pintor es otra cosa.

Y no se trata, por cierto, de que todos deban (o puedan) ser pintores excelentes, sino –simplemente-, *pintores*, cada uno con su modalidad, sus técnicas propias, sus riquezas y sus límites (si de comparar se trata).

En una de sus excelentes novelas, Irvin Yalom, por boca de un personaje sugiere que Carl Rogers solía decir: “No pierdan el tiempo entrenando terapeutas. Se emplea mejor el tiempo *seleccionándolos*”¹²⁰. Y el criterio de selección es la experiencia. Y la mirada del maestro. No son criterio la aprobación de unas cursadas en el grado (o en el posgrado), ni un “trabajo final de campo”, ni una “tesis”, ni siquiera unas buenas calificaciones ni, incluso, cierta destreza técnica.

No se trata de seleccionar destrezas o cierta erudición, sino personas. No se trata tanto de descubrir y desplegar aptitudes, cuanto de descubrir, asumir, desplegar y poner en juego actitudes.

¹¹⁹ Pascal, op. cit., 30 – 320.

¹²⁰ Irvin D. Yalom (1997). *Desde el diván*. Buenos Aires: Emecé Editores, p. 16.

Se trata, sí, de descubrir y formar a quienes –entre nosotros- pueden brindar el mejor servicio y transitar de buen modo, junto con los pacientes, el camino de la intimidad curativa. Unos y otros estamos llamados a esto.
