

# La Catalización del Amor. Desarrollo de la Teoría Psicoanalítica de Sándor Ferenczi

## Izette de Forest.

### CAPITULO 3.

#### EL AMOR Y LA RABIA: LAS DOS FUERZAS ACTIVAS EN LA TERAPIA PSICOANALÍTICA.

En gran medida el problema con las teorías terapéuticas y sus métodos es consecuencia de cierta incertidumbre con respecto a la naturaleza de la “cura”. ¿Significa “curar” liberar al paciente de sus síntomas neuróticos más problemáticos, o ello incluye también su reeducación emocional?, ¿Significa ayudar al paciente a recuperar el suficiente equilibrio emocional y mental para que pueda volver a su “situación de realidad”, y donde pueda estar sin sufrir otro desmoronamiento?, ¿O, ello incluye también reemplazar su neurótica personalidad por un carácter fundado en su específica idiosincrasia, que le permita alcanzar su propia integridad, hasta ahora oculta y sofocada dentro del edificio neurótico?, ¿O, finalmente, tiene como objetivo la psicoterapia analítica alcanzar el logro de una persona física, mental y emocionalmente integrada?.

Cualquiera que sea la definición escogida para este objetivo final, ella afectará la técnica de cada escuela de terapia y de cada terapeuta particular. Por eso, las grandes diferencias de métodos y escuelas existentes. ¿No sería posible, a pesar de estas diferencias, formular ciertos principios que fuesen compartidos por todos los tipos de técnicas y formaran el sustrato dinámico sobre el cual construir las terapias psicoanalíticas?

Freud fue el primero que, claramente, definió y diseño los lineamientos del desarrollo de la personalidad humana. El especificó los inconvenientes con los cuales uno podría encontrarse y señaló algunos de los tipos de conflictos que podrían esperarse. En base a este mapa descubierto, él pudo afirmar que había iniciado una ciencia de la navegación humana. No solo enseñó las leyes psicológicas del comportamiento humano, sino también los modos de protegerse contra las complejidades de la personalidad y de reparar el daño una vez que el conflicto hubiese sucedido. Demostró que bajo los sistemas físicos y mentales había un vasto espacio emocional hasta ahora inexplorado. En este lugar, las corrientes de amor y de odio, así como las emociones relacionadas con ellas, están inhibidas o desbocadas debido al estrés y las tensiones de la vida.

El conocimiento de esta dimensión ha aumentado con los años. Las distintas emociones y sus fuentes pueden ser ahora reconocidas y tipificadas de manera más específica. Se sabe en que momento del desarrollo del carácter, se espera que ellas aparezcan, y en que momento la capacidad de su expresión puede ser totalmente destruida. Hay, en otras palabras, un conocimiento creciente de estas fuerzas, desde un punto de vista descriptivo. Pero ¿el uso científico de este conocimiento o de estas fuerzas como instrumento de desarrollo del carácter y de reparación de las personalidades dañadas, habrá sido aun aprendido?

Los modos en que el tratamiento psicoanalítico ayuda a aminorar tales desastres, son bien conocidos. Han surgido muchas técnicas, cada una con distintos grados de éxito, pero la razón del éxito de estos métodos, y de cuales puedan ser sus principios activos han sido muy poco estudiadas. Es mi deseo ofrecer aquí, algunas sugerencias en lo que respecta a las bases dinámicas del proceso psicoanalítico.

La persona que espera beneficiarse de un tratamiento, está sufriendo en su neurosis de una incapacidad, por una razón u otra, para adaptarse a las distintas demandas de vida entre sus prójimos. Está rodeado por toda clase de personalidades, cada una con sus características y tendencias particulares. Parece razonable reducir todos los complementos externos del carácter, como el éxito material o el fracaso, la buena o mala salud, las oportunidades deseables, y los modos culturales de cada sociedad en particular a un determinante básico, un prójimo. La orientación de una persona hacia sus pares en la vida común, es en última instancia,

un modo de creación de su propio ambiente. El niño nace poseído por un intenso deseo de crecer, de desarrollar sus capacidades en toda dirección. Aunque su constitución hereditaria pueda modificar distintas expresiones de este deseo, este es en cuanto a lo esencial de una resistencia, fortaleza y persistencia capaz de soportar cualquier obstáculo. Pero debe seguir los surcos que el camino de la vida ofrece necesariamente. Esta presión subyace en el fondo causado por el contacto cercano con otras personalidades. De aquí, que al estudiar la estructura dinámica de los caracteres neuróticos, la premisa que puede plantearse es que todo desarrollo de carácter es el resultado de una reacción a los otros seres humanos.

El poseer emociones, es común a todos los hombres. Ellas se encuentran bajo cualquier acción o pensamiento, incluso quizás bajo cualquier fortaleza o debilidad fisiológica. Son como corrientes de un océano profundo, las cuales surgen como oleadas a la superficie; estas profundidades oceánicas en cada persona acceden a las capas superiores con cualquier otra persona que esté cerca, y los resultados para ambos son distintos. Así, aunque las personas tengan en común un intenso impulso hacia el crecimiento, dos personas no pueden ser iguales; cada una es el resultado del surgimiento de esta fuerza alrededor de sus diques oceánicos, y de los ductos al que los encuentros con otros seres humanos la canalizan. Esta es la base del conflicto humano.

Podría decirse que la urgencia de vivir y crecer representa la alegría y exultación de la vida, el amor y los impulsos creativos; los diques y grupos de ductos representan las frustraciones, la ira y la desesperanza, los impulsos destructivos. Ciertamente en un recién nacido, la voluntad para obtener lo que se requiere para vivir es la envidia y la admiración de todos quienes lo rodean. Casi inmediatamente, e influido generalmente por la presencia de los otros, esta voluntad producirá una dicha total o un dolor atroz. Lentamente estas emociones masivas comienzan a fragmentarse y a modificarse para ajustarse a las variadas circunstancias del niño en desarrollo. Se puede, en consecuencia, afirmar que el amor y la rabia son las emociones intrínsecas fundamentales, y que es en base a los conflictos entre estas dos fuerzas y a sus particulares integraciones que los seres humanos forman su carácter.

Es fácil ver ahora, porqué personas relativamente felices, exitosas o creativas se desarrollan desde el victorioso predominio del amor sobre la rabia. Esto parece algo de perogrullo. Pero hay menos disposición sin embargo, a considerar que la infelicidad, la desadaptación y el fracaso de los seres humanos, surge de la derrota de su naturaleza amorosa por la ferocidad del odio.

Si esto último es cierto, uno debiera observar que en todas las neurosis, y talvez en todas las enfermedades, uno se ve enfrentado al resultado de una lucha inconsciente entre estas dos emociones, y a un resultado parcial de las fuerzas destructivas. Si fuese así, el tratamiento terapéutico necesariamente debiera ser una continuación de esta lucha, pero con el claro objetivo de la búsqueda de un cambio.

El amor debe conquistar al odio sí es que el paciente desea vivir una vida feliz y creativa. Y esto significa vivir plenamente sus capacidades, sin dejarse arrastrar por los efectos de la ira destructiva, la envidia y los celos. La remoción de estos limitantes males del carácter de un paciente, así como el desarrollo de su capacidad de ejercitar y madurar su inherente naturaleza constructiva pueden ser alcanzados finalmente por el paciente, pero este logro debe estar en relación con otro ser humano. Este ser humano debe a su vez, haber aprendido formas de anular los efectos de la ira en sí mismo, y ser capaz de ofrecerse a sí mismo, su habilidad y entrenamiento a través del uso soberano de sus impulsos creativos. En consecuencia, la relación mutua entre paciente y tratante no es solo un problema sobre la dinámica de la personalidad, sino también uno moral y ético.

El simple acto de buscar ayuda para las muchas dificultades que rodean a una persona neurótica, es un reconocimiento de que uno ha fallado en sus relaciones personales.

La enfermedad neurótica se ve acompañada por sentimientos de infelicidad, de impotencia y de fracaso, ya sea que ello se manifieste en síntomas histéricos, obsesiones o compulsiones, en problemas de comportamiento o en defectos del carácter. Bajo todos esos síntomas hay rabia y odio acompañados de ansiedad. Será la principal preocupación del analista buscar las fuentes originales de estos elementos, sacarlos a la luz, y abrir un espacio a la capacidad de amar del paciente. Junto a ello, los impulsos creativos fluirán a través de los espacios disponibles. Este fenómeno, testimonio viviente de que la “naturaleza aborrece el vacío”, es en efecto un milagro constante.

## **FASES EN EL CAMBIO DEL CONTENIDO, CALIDAD Y ÉNFASIS EMOCIONAL DURANTE EL TRATAMIENTO PSICOANALÍTICO**

El proceso analítico puede ser descrito, desde el punto de vista de esta tesis: como un cambio constante en el contenido, calidad y énfasis de lo emocional como consecuencia de los variados elementos existentes en la relación del paciente con el analista. En este cambio se pueden distinguir 3 fases: (1) al ir conociendo gradualmente la figura y la personalidad del analista, el paciente se libera gradualmente de sus defensas, comienza a sentir intensamente su hostilidad reprimida, y desarrolla una primaria conciencia de sus sentimientos tiernos; (2) a medida que gana conciencia de lo anterior, y empieza a lidiar con su personalidad -la que hasta el momento ha sido el centro de su existencia- el paciente se atreve a ir dando rienda suelta a sus impulsos de odio; y (3) en la resolución de este conflicto, el paciente se va liberando de la ansiedad, desarrollando fortaleza para expresar sus impulsos creativos y amorosos, y aprendiendo a hacer un uso constructivo de su rabia. Como resultado, se establece una relación productiva y exitosa con el analista, la cual constituirá un patrón duradero en las relaciones personales.

El designar estos tres períodos de tratamiento en el proceso del cambio emocional y el desarrollo del paciente neurótico no se contradice en ningún caso con la esquematizada división anterior de las seis etapas de secuenciación del proceso psicoanalítico total, que se expuso en el capítulo anterior. Ahí, examinamos en detalle los *mecanismos* por medio de los cuales el paciente se libera exitosamente de su neurosis. Aquí examinamos otros aspectos del desarrollo del paciente: *el crecimiento y madurez emocional* a partir de cierta hostilidad inconsciente hasta alcanzar la capacidad consciente y madura de amar.

### **PRIMER PERIODO DEL TRATAMIENTO**

*El edificio neurótico protector del paciente cede, y esto va acompañado por expresiones indirectas de hostilidad y cierta incipiente conciencia de sus impulsos tiernos.*

Los primeros meses del tratamiento analítico se dedican a descubrir, cuidadosa y delicadamente, el conflicto emocional básico. Que transcurra tanto tiempo antes de que los impulsos destructivos sean conquistados y reducida la propensión del paciente a la enfermedad, dan muestras del grado de enquistamiento en el que estos impulsos se encontraban. Como esta batalla ha sido ganada gradualmente, así también resulta ser el ritmo de curación, y gradualmente las hasta ahora victoriosas fuerzas se ponen en reversa. El más fuerte aliado del analista es siempre el frustrado impulso del paciente por crecer creativamente; pero este impulso es desconfiado, asustadizo, y vulnerable. Ha perdido ya muchas batallas para exponerse de nuevo a otras pruebas.

Estas pruebas, sin embargo, son necesarias ahora para el crecimiento de la confianza del paciente en el analista y en sí mismo; y el éxito radica en el hecho de que, debido a la comprensión y fortaleza del analista, el paciente -para su sorpresa- no sufre ninguna consecuencia perjudicial. Ellos comienzan con la primera entrevista profesional. Ciertos elementos del carácter del analista y de sus habilidades sugieren de manera inconsciente al paciente, una tenue esperanza de que sea posible un giro a la sanidad. Esto parece ocurrirle, de hecho, permanentemente a lo largo del análisis. El analista, a los ojos del paciente, parece ir cambiando desde ser un doctor amable y competente especialista en una consulta profesional, hacia un cariñoso, preocupado amigo en un ambiente confortable y cómodo; cada vez más una compañía y menos una figura de autoridad. Este cambio es el resultado, por parte del paciente, de un probar semiconsciente y temeroso, pero constante, del analista a través de expresiones sutiles y exploratorias de sus reacciones, especialmente la de la crítica hostil. Estas son, en caso necesario, hábilmente estimuladas por el analista y dirigidas hacia figuras del ambiente pasado o presente del paciente, y finalmente, hacia la figura del analista mismo. Que esta hostilidad es muy refractaria a ser desarraigada, se ve en el simple hecho de que ella es muy reticente a ser erradicada y en la ansiedad que acompaña a cada paso de su remoción. En la neurosis, esto se ha vuelto el principal poder del paciente, y tiende a ser conservado tercamente contra todos los recursos posibles del analista. Sin embargo, el paciente gradualmente toma conciencia de que esto es el principal obstáculo para su salud y su felicidad. Con esta conciencia surge el temor de que no logrará remover esta obstrucción; y en consecuencia aumenta su ansiedad, y aparece cierta desesperanza y desmotivación.

La experiencia le ha probado hasta ahora, que los impulsos tiernos y amorosos son fáciles de herir e inevitablemente serán pisoteados y extinguidos. Sin embargo, ahora por fin ha aparecido en escena un ser humano que le promete ser confiable, que valoraría estos frágiles impulsos por sí mismos. La tentación y el intento de confiar en el analista aparecen en el paciente tras un largo período de protegerse vía varios métodos de expresión y conductas que él ha encontrado aceptables, o por lo menos protectoras, en relación al entorno. Con esta nueva tentativa, surge la aceptación de una mínima voluntad de permitirse bajar las defensas y de dar salida a expresiones de sentimientos sinceros, los cuales, en relación con la naturaleza de las experiencias emocionales del pasado tienden a tomar formas de antagonismo. Al encontrar que el analista no se incomoda frente a estas emociones, el paciente va encontrando un creciente aliciente para ir expresando una hostilidad cada vez más directa. Con esto, aparece inevitablemente un nuevo flujo de ansiedad.

¿Puede ser posible que la experiencia ya habitual de castigo y pérdida vuelva a aparecer esta vez de la mano del analista a quien tanto necesita? ¿No podría ser que este nuevo amigo, de pronto, me empezara a amenazar y castigar cuando mi rabia se exprese en toda su magnitud? Que este temido resultado no tenga lugar, en cierto grado alivia la inquietud y confusión del paciente, y se ve por primera vez la tímida irrupción de una etapa de impulsos de ternura en la descongestión emocional; sus expresiones de aprecio y de asombro, parecen milagrosas.

*Ejemplo:* Esta serie de circunstancias en el primer período de análisis pueden ejemplificarse en el caso de una joven que consultó debido a sus constantes fracasos en sus relaciones personales.

Era hija única de padres lo suficientemente viejos como para ser sus abuelos. El padre sufría de frecuentes y severas depresiones y usaba sus neurosis como un arma poderosa para controlar a los habitantes de su casa. La madre vivía aterrorizada por el estado de ánimo de su marido y educó a su hija para cuidarse de cada movimiento y expresión que tuviera, cosa de no molestar la ecuanimidad del padre. Lo más difícil de todo era como ella buscaba cada ocasión para lamentar su martirio. La disciplina maternal sobre su hija se hizo más severa aún por sus sentimientos de inferioridad social y sus intentos de ajustarse a las costumbres sociales.

En este ambiente la niña no pudo desarrollar ningún carácter propio. Cada impulso nacía muerto, y no había ningún juicio que pudiera madurar. Toda su energía se absorbía en reproducir imitativamente el modo de vida de su madre. Así creció en ella un sentido de inutilidad, de no tener valor en sí misma, ni derechos, y de no tener existencia propia. Su única compensación era lograr alguna oportunidad ocasional de hacer que sus padres se sintieran orgullosos de sus logros.

Ellos tenían ambiciones para ella. Esto permitía alguna libertad de expresión, y es significativo que después del colegio, ella se orientó a una carrera teatral como profesión. En ella repetía permanentemente esa característica exigida sobre ella durante su infancia, y por ello era ahora capaz de abandonar sin ninguna culpa su vida de esclavitud en su casa. Adicionalmente, encontró en el escenario la oportunidad para expresar las emociones que habían sido reprimidas a lo largo de toda su vida. Pero el hecho de que ella estaba actuando un personaje, y no expresando realmente sus propios sentimientos le impedía que los liberara completamente. Estas emociones reprimidas encontraron pronto una salida en circunstancias externas cada vez más desastrosas, para su desdicha y desencanto, y la llevaron a buscar ayuda en un tratamiento psicoanalítico.

Cuando llegó me pareció una joven mujer atractiva, de buenos modales y bien vestida, suave y un tanto tensa. Estuvo de acuerdo con todas las condiciones del tratamiento de manera ansiosa y con cierta condescendencia, pero desde el momento en que se acostó por primera vez en el diván, comenzó a torcerse las manos persistentemente, interrumpiendo este gesto solo para tomarse el cuello como si se estuviera estrangulando. El material sobre sus difíciles relaciones actuales, era expresado con rabia y con cierto sentido de martirio y de una manera muy dramática.

Le señale este último aspecto. Como era de esperarse, ella lo aceptó inmediatamente e intentó controlar la expresión melodramática. Sin embargo, el retorcimiento de sus manos, se hizo tan incesante, que luego le señalé aquello, sugiriéndole que a lo mejor podría simbolizar desesperanza y tristeza. A partir de aquí, empezó a revelarse la historia de su infancia. Gradualmente fue viendo las similitudes entre los recientes

y desgraciados eventos con aquellas circunstancias familiares, y pudo darse cuenta de la intensa rabia que tenía con sus padres. Especialmente la dirigida hacia su padre, quien ahora tenía ya 80 años.

Su madre había muerto diez años antes, dejándola expuesta a su idiosincrasia sin guía ni protección. Gradualmente ella se fue dando cuenta de que no existía a sus ojos excepto en lo que le afectara a la vida; que él no sentía amor, ni deseaba felicidad para ella. También comenzó progresivamente a ser conciente de su rabia y de la constante frustración de sus propios deseos, y de la expropiación y abuso a la que estuvo sometida por ambos padres.

Con esta rabia apareció una leve tendencia a tener que confrontar a su padre por sus derechos. A medida que pasaban los meses de análisis, esto fue aumentando hasta que se encontró deseando y dispuesta a enfrentarlo con una demanda para que la casa fuera hipotecada, y poder pagar con ello su cuenta por mis servicios. La expresión de este deseo representaba una evidencia de una subterránea pero creciente valoración de mi cuidado por ella, en oposición a su rabia frente a la negligencia de sus padres.

Mientras tanto había encontrado un trabajo que le interesaba, empezado a estudiar para aumentar sus habilidades. Estaba sorprendida del placer y satisfacción que encontraba en el trabajo manual de un laboratorio comparándolo con su vida en el teatro. Tuvo éxito congeniando con la gente, se hizo de amigas y se convirtió en una mujer valiosa para su empleador.

A través de estos primeros seis meses me daba cuenta de que ella me excluía totalmente de sus cálculos. Yo parecía casi no existir para ella. Me saludaba educadamente y hablaba del tiempo cada vez que llegaba, y cuando se iba actuaba de la misma forma. Una vez que me enfermé, ella expresó su preocupación, pero no me fue a ver al hospital, ni tampoco me escribió cuando me fui al sur por un mes, a pesar de que yo le había expresado mi esperanza de saber de ella. Yo no había concitado su atención durante los meses anteriores, excepto para ocasionales comparaciones de algunos hechos de su condición respecto al análisis de los eventos de su pasado. Esta omisión sobre mí, se debía a su intensa concentración en la figura de sus padres a quienes ella ahora miraba, por decirlo así, cara a cara, valorándolos realísticamente por primera vez.

Con el crecimiento de su habilidad para encarar a su padre, que culminó en una actitud de poder enfrentarlo, devino una pausa en la tensión analítica, y consideré la oportunidad para dirigir su atención hacia mí. Los primeros meses los habíamos ocupado en la expresión de su gran ira, no solo hacia sus padres en el pasado y su padre en el presente, sino también con casi todos aquellos con quienes había tenido contacto alguna vez. Ahora estaba por verse que iba a hacer conmigo. Como le empecé a llamar la atención sobre mí, irrumpió un nuevo flujo de ansiedad acompañado por un retorcerse las manos y gestos estrangulatorios. Su resistencia misma expresaba su descripción de mí, como una mujer fría, dura, plutócrata y aristocrática. Ella consideraba que era por mi condición profesional, a lo que ella atribuía mi ternura, mi voz suave, mi deseo de que me hubiera escrito cuando me enfermé, mi comprensión empática y la ayuda que pudiera haberle dado. Cuando le pregunté si estas cualidades no podrían pertenecerme como ser humano, a pesar de mi profesión, se confundió y se puso ansiosa, confesando que se sentiría perdida si alguien fuera amoroso o amorosa con ella, por afecto real.

“Me asustaría sentirme como un ser humano, y no sabría que hacer si fuera uno de ellos”.

Sus reacciones durante toda su vida habían estado dirigidas a protegerla de la gente que la rodeaba. Su rabia debido a la frustración de su impulso amoroso espontáneo había estado acompañada por una gran ansiedad. De ahí, su tendencia en este punto del análisis a estar continuamente ansiosa por evadir el tema de su relación conmigo. Ella se hizo conciente de esto y diligentemente intentó focalizar su atención en este punto. El conflicto se hizo tan intenso que ella sucumbió a una aguda infección, y se tuvo que ir a la cama. Las horas de análisis continuaron en su dormitorio, y confesó que cuando era niña, la enfermedad había sido su único refugio. Ahí nadie podía culparla o disciplinarla, y obtenía algún tipo de cuidado y cariño. Esto ahora estaba siendo reeditado en la afectuosidad de sus nuevos conocidos, y en el que yo la fuera a ver todos los días.

“Si yo hubiera pensado que usted venía porque realmente se preocupaba por mí, me hubiera lanzado a sus brazos” exclamó un día para su sorpresa. Pero cuando le pregunté que pensaba que podría haber sucedido si lo hubiera hecho, su imaginación no llegó más lejos. Una situación de ese tipo le parecía absolutamente increíble, imposible de imaginar.

Aquí vemos una víctima expuesta durante 30 años a un trato injusto y severo a manos de su madre, a la aterradorante melancolía y victimización de su padre, y a la aniquilación tanto de su ser emocional como mental. Su único contacto con las emociones amorosas de sus padres era su ambicioso orgullo por ella. No había respeto por ella como una entidad independiente. En consecuencia los nacientes impulsos de afecto que existían en ella habían sido enterrados profundamente. Estaba consumida por la rabia y por el odio. Estos eran a su vez reprimidos por la férrea disciplina de su asustadiza y conformista madre. Por identificación con su madre, mantenía su existencia pagando el precio a través de constantes dificultades con todos aquellos con los que se vinculaba. Haciendo consciente estas maneras conformistas y ansiosas, el análisis también tuvo que sacar a la superficie su hostilidad. La expresión de ello, a su vez liberó tenues y tímidos intentos de expresión de sentimientos de ternura. De esta forma la batalla entre el amor y la rabia, volvía a suceder.

## SEGUNDO PERIODO DE TRATAMIENTO

*El paciente expresa su hostilidad hacia el analista directamente, y se produce una cierta liberación de las tendencias amorosas.*

En la historia de la joven mujer descrita anteriormente vemos un ejemplo de la parte introductoria de la terapia psicoanalítica. En esta instancia, las emociones de odio reprimidas han sido parcialmente liberadas y los impulsos emocionales profundos más reprimidos comienzan, con cierta inhibición, a mostrar signos de vida. La parte central de la experiencia analítica, consiste esencialmente en que el paciente ya no solo se da cuenta del carácter del analista en sus formas más frecuentes y variadas, sino de cómo él experimenta y se relaciona con estas apariencias. Su forma de hacer esto es el resultado de las lecciones aprendidas cuando joven -con enjuiciamiento y pesares- como reacción a las características de los miembros de su familia y a su entorno más íntimo. El hecho de que el analista no posea esas anticipadas características, sino que reaccione con paciencia y comprensión gradualmente deslegitima la necesidad del paciente de protegerse. Esto, también le permitirá reconocer que esta protección fue originalmente desarrollada como una forma de controlar la expresión espontánea de sus sentimientos de amor, rabia y desesperación.

Como la necesidad de defenderse del analista se debilita, las emociones hostiles salen más libremente a la superficie. Mientras se lucha por mantener controlada la expresión de la ansiedad, el analista estimula la liberación de esta a través de su receptividad, de sus habilidades interpretativas, y de la genuina expresión de su carácter y reales actitudes. Esta tarea del analista juega un importante papel en el abandono del control bajo el cual el paciente se ha visto impedido de vivir su apasionada naturaleza.

La emoción del amor puede ser relegada al olvido de una manera eficaz o llevada a un estado de pasividad por la presencia del odio; y es casi imposible para ella poder existir o mantenerse en acción mientras la hostilidad la sobrepase. Todas las expresiones de ternura o cooperación sofocadas bajo una capa de rabia, solo pueden representar un ansioso deseo de mitigar las circunstancias para dar la impresión de que no se está enojado. Por esto, es esencial para continuar el tratamiento analítico introducirse desde estas pretensiones inconscientes hasta la verdadera rabia, que es la que mantiene aprisionados los impulsos creativos. Como la expresión de rabia, ahora por fin le da seguridad al paciente, empieza a filtrarse a través de sus defensas y los afectos comienzan también a salir a la superficie, ocupando el espacio vacío dejado por la hostilidad expresada. Esta serie dinámica de circunstancias puede darse inevitablemente por sentada. De aquí, que el principal objetivo del tratamiento psicoanalítico sea liberar las emociones hostiles, permitir la entrada a los impulsos de amor, y finalmente ayudar a estos últimos a que maduren y se establezcan firmemente.

*Ejemplo:* Como ejemplo de la parte central del proceso analítico describiré la lucha de un joven que había experimentado, a los dos años y medio de edad la aniquilación parcial de su ser interior. El recuerdo de esta experiencia estaba firmemente grabado en él, pero su efecto estaba perdido para el consciente.

El joven, miembro de una numerosa familia, se había sentido cuando niño muy seguro con el amor de ambos padres. Inesperadamente, esta confianza incondicional fue desbaratada de la siguiente manera. Desde su dormitorio, él escuchaba la risa y animación de una fiesta de disfraces que ocurría en el piso de abajo. Tenía cierta visión de la llegada de estos extraños disfraces: largas túnicas, sombreros altos y

máscaras. Inesperadamente apareció su madre a su lado, y sacándole la ropa y dándole un pequeño arco y flecha, le dijo que corriera desnudo hacia abajo e hiciera de “Cupido para las señoras y los caballeros”. El se sintió inundado de temor y horror, e intentó resistirse pero ella le dijo que si la amaba tanto tenía que hacer lo que pedía.

Parece que de pronto sintió que lo estaba usando, que lo estaba sacrificando para su propio placer. Su dedicación anterior se volvía falsa para él, y el mundo se le vino abajo. Ahora, nada importaba salvo que esta experiencia vergonzosa pasara lo más pronto posible. Con desesperación y desilusión fue llevado hacia abajo para ser recibido con una explosión de risa.

No tiene el recuerdo de su regreso a la pieza, desde este momento aparentemente perdió su existencia como ser integrado. Ahora su vida se había dedicado a la cancelación y al completo olvido de la falsa experiencia anterior, de la alegría de vivir y de ser amado; a la comprensión de los peligros de su rabiosa rebeldía, y a la creación de un complicado sistema de defensas, tanto contra el amor como contra el odio. Este sistema tomó, durante muchos años la forma de una muerte emocional y una incapacidad mental para comprender los significados. Podía ser descrito como alguien que simplemente pasaba a través de las emociones sin estar vivo. No había ninguna alerta mental o emocional que pudiera discernirse aparte de un cociente intelectual exageradamente alto y un talentoso temperamento.

Durante el primer período de su análisis hubo una larga lucha por mi parte para ayudar a que este paciente reviviera. Pasé varios meses viéndolo actuar a través de estas automáticas reacciones de vida. No había acto o pensamiento que fuera espontáneo; todo era reacción a un estímulo, reacciones basadas en una observación completamente inexacta y en una mala interpretación de tales estímulos. Una sonrisa o una invitación, por ejemplo, significaba para él que era amado; una discusión sería significaba que lo estaban despreciando y que no lo querían. Por lo tanto, él debía actuar para generar expresiones placenteras en quienes lo rodeaban, y no permitirse nunca fracasar en esta empresa. Debía de tener buenos modales, las conductas que todos esperaban; y entrenar su habilidad y mente para encontrarse con la aparente aprobación de quienes le rodeaban; y nunca bajo ninguna circunstancia debía ser motivo de risa o desaprobación.

Lo que era aún más desastroso para su salud emocional, era que nunca se podía permitir sentir o explorar las posibilidades de ver si en realidad lo querían. Ponía toda su fe en la mala interpretación de los signos superficiales. Bajo estas falsas presunciones existía una gran capa semiconsciente de desconfianza hacia los demás, y la creencia de que él le agradaba a los demás, porque él era o creía que era un “piojo”. Su ceguera emocional era tanta que estaba totalmente inconsciente de su propia infelicidad. Aunque había venido a mí buscando ayuda, él pensaba que era feliz; y esto a pesar del hecho de que su modo de vida le mostraba que era un chico solitario, asustado y triste.

En directo contraste con su grave automatismo y sus teorías erróneas, el informe del test de Rorschach describía su brillantez y talentos naturales de la siguiente forma:

“Los impresionantes recursos de su personalidad, informados a través del Test de Rorschach, señalaban: un intelecto muy superior, con un elevado poder de observación, rica imaginación y amplia creatividad... Una inteligencia muy superior es detectada mas allá de toda duda; S. debe encontrarse probablemente en el percentil 99 de la población... Su energía intelectual es alta... La mente de S está inusualmente bien balanceada; su superior poder de observación lo mantiene en notable contacto con la realidad y la vida práctica contingente... De entre sus talentos, el lugar más prominente parece tenerlo su sensible capacidad de observación. Parece tener los intereses y talentos de un naturalista. Uno podría imaginar que como Audubon, él podría pintar; o como Thoreau, describir los animales de una forma que podría ser altamente estimada tanto por su belleza artística como por su precisión científica. Por otro lado... él puede ser capaz de un elevado nivel de creatividad... Sus respuestas son particularmente ricas en detalles, ajustadas a las formas, y originales, indicando una fuerte imaginación y dones creativos los cuales incorporan sus capacidades críticas y de observación.”

Sin embargo el test señala más adelante, “... una notoria separación entre la capacidad y el logro actual... Su adaptación al mundo que lo rodea, especialmente el contacto emocional con la gente, parece ser insatisfactorio hasta un grado en el cual puede ser considerado neurótico.”

En apariencia y en resultados, era como se ha dicho, aburrido y poco vital, un diamante en bruto fácilmente confundido con un tosco pedazo de vidrio. Se podía predecir que sin una ayuda que penetrara esta congelada superficie, su vida entera sería un desperdicio. Pasaron muchos meses durante los cuales le señalaba pausadamente la inexactitud de sus interpretaciones y entendimientos. Al principio, parecía estar de acuerdo conmigo, e intentaba comportarse de acuerdo a mis ideas. Luego descubrió la insinceridad en sí mismo, y comenzó a sentir un pequeño quiebre en todo este distorsionado sistema de observación y reacción que él había construido.

Frente a esto su ansiedad aumentó, exigiéndole un esfuerzo casi consciente de mantener su anterior organización defensiva. Como no tuvo éxito en poder reeditarla, junto con este fracaso llegó a la superficie un rayo de luz. Por un momento logró, con un excitante placer, visualizar dentro de sí “el yo indestructible”. Pero ante cualquier expresión de mi parte que pudiera –incluso incorrectamente- ser interpretada por él cómo un signo de reprobación o rechazo, de nuevo se extinguía su esperanza y renovaba su tristeza; elaborando entonces obcecados argumentos para defenderse, intentando demostrar su felicidad y sus capacidades.

Cuando yo le señale que no era eso lo que se veía, renunció a sus esfuerzos de seguir pretendiéndolo y admitió, por fin, que no sabía lo que significaba desear algo de la vida, o trabajar por algo así como el cumplimiento de un deseo, creer o ser creíble, amar o ser amado. Cuantos desastres podrían resultar de este desesperado reconocimiento, y cuanto de ello acompañaba al surgimiento de cualquier esbozo de deseo, le parecía algo inevitable. Una vez más el conflicto de esta temible desesperación terminaba en una aguda hostilidad.

Con cada renovación de este conflicto aparecían progresivamente sus apasionados impulsos vitales. Miraba y actuaba cada vez más como una persona que estaba viva, y cada vez menos como un autómatas, lo que se evidenciaba en un cambio de trabajo, en la capacidad de disfrutar este nuevo quehacer, en una renovada e incipiente ambición, y en el aumento de su deseo de aprender un idioma extranjero, y el reestablecimiento de nuevas amistades.

Con cada nuevo paso sin embargo, él volvía a repetir el conflicto entre sus impulsos constructivos, sus dificultades para lograrlos, su consiguiente frustración, y la posterior ansiedad y rabia. La emergencia de esta hostilidad, como parte final de cada nuevo conflicto, rompía el círculo vicioso y renovaba su fuerza creativa y deseo de vivir totalmente en la realidad.

La dirección futura del análisis parecía clara: él podía desear una vida amorosa y constructiva en la cual llegar a ser una persona amable, capaz de realizarse dando rienda suelta a sus inusuales capacidades innatas. Este logro podría ser alcanzado a través del uso de mi personalidad en lugar de la de su madre, en un territorio donde poder desplegar sus intensos impulsos de amor y rabia, los cuales había mantenido adormecidos, inmaduros y ocultos de su vida consciente, por más de veinticinco años.

### **TERCER PERIODO DE TRATAMIENTO**

*El paciente reconoce su amor por el analista y el valor constructivo de la rabia.*

Al disolver las distintas capas defensivas relacionadas no solo con los impulsos hostiles de la persona neurótica, sino también con sus más profundamente ocultos y vulnerables impulsos de ternura, el conflicto esencial de la neurosis se hace presente. Como cada una de estas emociones es expresada alternativamente, la otra crece en igual fuerza hasta que se llega a una situación en donde cada una alcanza toda su potencia. La ansiedad crece proporcionalmente y se liga a la expresión tanto de la rabia como del amor. Ella es finalmente superada gracias a la progresiva confianza en el analista, por su consciente determinación de ganar la batalla por la salud, y por la misma fuerza del conflicto emocional. Este nuevo entorno emocional surge ahora abarcando y ocupando totalmente la escena analítica.

Las protagónicas y antagónicas emociones y sus expresiones empiezan a aparecer en continuas sucesiones, y a momentos parecen superponerse entre sí, predominando, primero una y luego la otra sucesivamente. Se sienten grandes cambios en este último nivel del análisis, tanto por el paciente como por el analista.

La intensidad de la cualidad emocional crea una vibrante vitalidad en la personalidad del paciente. La base sobre la cual se funda este período también cambia de una cualidad de desesperada ansiedad a la de una decidida y confiada voluntad. Los antiguos patrones de autoprotección y autodestrucción han dado lugar a un recurrente esfuerzo hacia una exitosa cura. La sensación de estos cambios marca en la mente del analista el punto de inflexión del proceso analítico, “la recta final”.

También señala el conflicto más intenso del análisis, más grave debido a que las múltiples formas tangenciales de evadir los conflictos ya no están disponibles y han sido erradicadas. Las cartas están sobre la mesa y deben ser jugadas. Se ha recuperado la suficiente salud mental como para motivar al paciente a intentar enfrentar este último escollo con determinación y esperanza de éxito.

Aunque se ha requerido de varios años de tratamiento analítico para traer a la superficie estos impulsos agresivos y profundamente reprimidos, hacia una abierta forma de expresión; la ansiedad del paciente que acompañaba a este anterior esfuerzo, no es nada en comparación con la que se experimenta en la última y breve etapa del tratamiento: el temor de amar, de expresar este amor y de demandar amor en reciprocidad. Este impulso es muy fácil de herir, no tiene armas que usar por su propia naturaleza y solo puede retrotraerse como defensa al uso de la hostilidad, lo cual es en sí mismo una renuncia al mismo impulso que se está experimentando. Esta completa inversión es paradójica y conduce a la persona a un estado de ansiedad y confusión. El sabe que ama y anhela ser amado.

En su vulnerabilidad, se encuentra repentinamente odiando a la misma persona que ama, y a la vez está consciente de que también le ama. Como construir exitosamente un camino, a través de este denso laberinto es un problema que consume cada momento de su vida en vigilia y en sueño. Sus sueños están relacionados con esto, y las actividades de su vida diaria están atravesadas por las vicisitudes de este conflicto. En esta última etapa del análisis, se alcanza una gran conciencia e inmediatez del conflicto que no existía en las fases anteriores. Cada emoción del paciente ahora es consciente; pragmáticamente hablando ahora ya no hay más represión; el conflicto infantil original está ahora en la superficie de manera adulta y en un ambiente adulto.

Un proceso de vida y muerte se está desarrollando. Su resultado, sin embargo, debe ser la victoria. Los impulsos amorosos finalmente irrumpen en la vida y su expresión es de naturaleza realmente constructiva; mientras que los impulsos hostiles, basados en la ilusión y ahora en su última batalla, son destructivos. El paciente sabe que una victoria final de los impulsos amorosos lo llevará a la alegría de vivir. Ellos son en esencia autoprotectores.

*Ejemplo:* Lo prometedor de esta victoria final se ejemplifica en el caso de un joven que sufría de compulsiones homosexuales y alcohólicas, y de un profundo sentimiento de sinsentido vital. Durante su juventud nunca había tenido la experiencia de haber sido contenido amorosamente. Nacido dentro de una familia lujosa y derrochadora, solo había conocido el cuidado de niñeras y tutores.

El había sido seducido pero desatendido por su madre. Podía recordar la tristeza de verla salir de la casa en compañía de otros hombres que no eran su padre; y con este abandono un odio súbito y el deseo de que ella estuviera muerta. En su pre-adolescencia vivió la vergüenza del divorcio de sus padres, la perturbadora visita a su intensamente emocional e hipercrítica madre, y la custodia de su padre, lleno de rabia y crítica hacia la esposa. Hacia su padre parecía tener, en ese tiempo, cierto grado de tierno afecto y lealtad. Pero esto fue prontamente destruido por un brutal ataque sexual que ocurrió repentinamente y que se repitió durante un período de cuatro años. El resultado fue una casi demencial confusión de mente y sentimiento. Su corazón se debatía entre su anterior afecto por su padre, su dependencia emocional y física de él, y un emergente terror y vergüenza experimentados hacia él.

No podía acudir a nadie por ayuda en esta crisis. Como resultado continuó realizando los mismos actos necesarios para vivir, y sepultó esta aterradora confusión en lo profundo de su conciencia. Fotos de él a esta edad lo muestran como un niño de mente frágil, que no podía desarrollar su capacidad de pensamiento ni de comprensión.

Aunque las circunstancias posteriormente lo separaron de su padre, su proceso de autodestrucción continuó, manifestándose en fracasados intentos de ser independiente, en infelices relaciones amorosas con hombres mayores, y en general en una vida disipada.

Es extraordinario que haya tenido el suficiente instinto de autopreservación como para buscar ayuda en un tratamiento psicoanalítico. Cuando me vino a ver, no podía ni siquiera suponer algún evento de contentamiento o logro en su vida. Toda su energía estaba dedicada a proteger el secreto del desgraciado trato que había recibido de su padre. Por ello podía ser muy franco sobre su homosexualidad actual y su alcoholismo.

Que él poseía un secreto aún más profundo y más vergonzoso, sin embargo, apareció de entre muchos manierismos que sugerían un alto grado de falso orgullo. Era como si estuviera cubierto con dolorosas costras. Lo que podía entenderse como gestos hostiles de mi parte hacia él, le causaban repentinas y furiosas retiradas, e inmediatas amenazas de que podría estrellar su auto a altas velocidades sobre un terraplén, o que podría dejar el análisis de una vez y para siempre. Por lo general estas amenazas estaban invariablemente acompañadas por accesos de borrachera o por una nueva relación homosexual.

El nunca antes había entendido que estas dos compulsivas tendencias fueran suicidas, desesperados e indirectos intentos de poner fin a la única vida que había conocido; y que ellas representaban el deseo, de sus años adolescentes, por dejar a su padre, y de morir si ello hubiese sido necesario. También, por necesidad de autocastigo, anulaba su culpa y vergüenza, y la concentraba críticamente sobre sus padres, con el deseo de castigarlos severamente. El conocimiento de que todo esto subyacía a sus compulsiones autodestructivas participando en privarlo de su intensa energía, le permitió expresar ciertas manifestaciones de aprecio hacia mí, por mi comprensión y mi aceptación de él.

Es fácil imaginar las altas y bajas del curso del análisis de este paciente, a medida que iba tomando conciencia de su rabia con ambos padres por descuidarlo y abusar de él.

Un largo período transcurrió antes de que reconociera algún deseo de tomar las riendas de su propio destino, o de poder creer que esto fuera posible. Tales deseos finalmente surgieron en la consciencia clarificando su confusión mental, la que se había estado crecientemente circunscribiendo en torno a mí. El primer signo de este cambio fue un aparente nuevo estilo de vida. Encontró un trabajo que le ofrecía buenas perspectivas a futuro, empezó a vivir solo por primera vez en su vida, comenzó a perder su temor a las mujeres, e hizo nuevos amigos de ambos sexos. Descubrió pronto, sin embargo que, él no me estaba permitiendo desempeñar ningún papel en su vida recién construida.

Con este reconocimiento surgió el temor de que yo, al igual que su padre, pudiera destruir todo lo que él había construido tan cuidadosamente. Al mismo tiempo necesitaba desesperadamente de mi apoyo. El ya podría llegar muy lejos por sí mismo, pero luego la necesidad de requerir de mi confianza y mi amor, podría abrumarlo.

En consecuencia los conflictos de necesidad, frustración, desconfianza y temor por un trato cruel y la rabia, constantemente se repetían en él. Cada período de conflictos daba como resultado un mayor apego conmigo, con mayores demandas sobre mí, y era bastante evidente que su análisis se había retrotraído a sus dificultades originales con su amada pero negligente madre. El reconoció que si no hubiera sido por el abandono y negligencia de su madre, el vergonzoso abuso a manos de su padre nunca hubiera sucedido. Por ello estaba determinado a forzarme a que lo cuidara por medio de cualquier treta que pudiese.

Que yo no sucumbiera a su “bolsa de trucos” como él llamaba a sus estrategias indirectas, lo enfurecía y me acusaba de ser impotente. Con esto yo estuve muy de acuerdo. Esta acusación aparece inevitablemente en cada análisis, y es uno de los signos de que se alcanzó el punto de inflexión culmine del tratamiento, cuando el paciente mismo, está a punto de tomar consciencia y hacerse cargo de su cura. Este paciente había finalmente aprendido a entenderse a sí mismo. Ahora, solo le quedaba dejar de lado sus intentos de seducirme para que lo protegiera, y empezar a usar su autoconocimiento propositivamente. Si él rehusaba ser “el mismo”, yo era impotente.

Durante esta coyuntura, yo me encontraba planificando unas breves vacaciones, y él aprovechó la oportunidad para vengarse de mí por esto, y por mi impotencia, sucumbiendo nuevamente a una situación autodestructiva, y aunque en esta ocasión no hizo uso de agentes alcohólicos como en las ocasiones anteriores, si se las arregló para involucrarse en un evento casi exactamente igual al abuso sufrido a manos de su padre. Era como si en esta experiencia me dijera: “Usted es como mi mamá. No desea cuidarme, se va y me descuida, desearía que estuviera muerta. Ud., no me quiere, por eso yo me mataré”. La vergüenza

que acompañaba este abuso de sí mismo lo abrumaba, se sentía enfermo y tenía un ataque de urticaria. Su confusión mental y emocional aumentaba, pero con esto había una convicción definitiva de hacerse cargo de sí mismo y de un darse cuenta de que haciendo esto era más “él mismo” -que no podía darse el lujo de ser de otra forma-, y que haciendo eso ya no necesitaba más de mi cuidado maternal, y que en vez de ello prefería la calidez de mi confiar y creer en él. La fuerza misma de esta rabia hacia mí, como se observa en esta última acción compulsiva, le ofreció la convicción de la fuerza de su personalidad, que ahora empezaba a decidir usar constructivamente. El conflicto por preservar y usar sus potencialidades creativas y amorosas estaba acercándose a la crisis.

Después de mi regreso, se sucedieron varias semanas de una disminución de la ansiedad y de preocupación con su situación inmediata fuera del análisis. Planeaba cambiarse de su apartamento en un barrio marginal a un atractivo departamento “en una parte más respetable de la ciudad”. Reconoció varias dificultades en su trabajo que podían ser remediadas conversándolas con su jefe: llevó a cabo esta conversación y para su placer se encontró luego sintiendo mayor interés y ambición; y encontró nuevas formas de pasarla bien con amigos que tenía desde hace mucho tiempo. Sus horas de análisis se desarrollaron comentando estos logros actuales.

Finalmente, comenzó a hacer una evaluación tentativa de mi carácter en términos realistas, más que como una representación de las destructivas imágenes de su infancia. Mi personalidad fue comentada muy francamente, como en realidad es, y tanto como el la podía haber llegado a conocer.

Como resultado de este logro de poder enfrentar la realidad de su vida contemporánea, una gran tristeza y soledad lo embargó; pues finalmente veía con meridiana claridad los fútiles fracasos de sus años anteriores, y sentía el temor de fracasar nuevamente en el presente inmediato. Esta infelicidad era reconocida como algo que estaba oculto bajo su vergonzoso secreto y su defensiva agresividad. Siempre había considerado que sus tendencias más tiernas y sensibles eran un signo de debilidad, y había intentado evitarlas a lo largo del análisis. Su ansia de afecto, vergüenza, orgullo falso y la hostilidad, habían hasta ahora logrado expresarse exitosamente, pero la tristeza y la soledad todavía hasta ahora se habían mantenido reprimidas. La expresión de ellas representaba una nueva etapa de sinceridad y asertividad, y marcaba una nueva ruta hacia el camino a la salud.

Este estado de ánimo triste, -se daba cuenta- se debía no solo a las tempranas circunstancias de vida de su existencia, sino también a estar viviendo un presente en el que no creía que pudiese recuperar este tesoro perdido. Finalmente, fue capaz de reconocer que él, al igual que sus padres, había sido responsable de esta pérdida. Esto aumentó aún más su vergüenza. Había intentado disipar ese cotidiano pero hasta ahora desconocido estado de ánimo, sentimiento de tristeza y culpa respecto de sí mismo a través de su rabia hacia mí. Yo lo esclavizaba, yo era la que tenía el poder, él estaba desamparado.

En este tiempo tuvo un sueño en el cual intentaba hacerse camino por un escarpado y filoso mar de hielo afilado, que representaba la difícil y penosa relación personal conmigo, y alentaba una tormenta de odio directa hacia mí. Acompañando a esta rabia, había sin embargo un conocimiento certero de su necesidad y amor hacia mí. La crisis de este conflicto terminó con un sueño en el que se derrumbaba una gran torre, la veía caer y despertó aliviado de que ese edificio tan amenazante hubiese sido destruido. Se sentía ahora “nivelado” conmigo, y volvió a tener una evaluación realista de mí y de sus propias capacidades constructivas.

El derrumbe de este edificio defensivo, la torre de sus sueños, no solo le permitió reconocer tentativamente su igualdad conmigo, sino que también le dio la suficiente fuerza como para permitirle entrar en contacto con un profundo sentido de vergüenza, ocasionado por la sórdida relación con su padre y el posterior modo de vida autodestructivo que había elegido, del cual fue haciéndose progresivamente cada vez más consciente. Admitió por primera vez en su vida “las repugnantes sensaciones” que había tenido como adolescente. Sin embargo, aun le era más fácil recordar estos sentimientos del pasado, que reconocer que los estaba sintiendo mientras hablaba.

Cuando le mencioné esto, se puso fuera de sí, acusándome de interrumpir estúpidamente su inmersión en el sentimiento, y me anunció que nunca iba a admitir que él, en el pasado o en el presente fuera un ente repugnante. Sabía que había llevado una vida de inferioridad con todo lo que esto implicaba. Había

escogido trabajos “inferiores”, había sido financieramente dependiente y se había refugiado en ambos casos en parientes y amigos, y nuevamente estaba en una relación dependiente conmigo. Este último paso sin embargo, el de sentir y reconocer sus sentimientos de sórdida repugnancia y poco valor, era algo que se negaba definitivamente a aceptar. En vez de eso, según dijo, prefería ensuciarme y odiarme a mí.

Se puede observar que en este momento del conflicto, yo estaba haciéndole lo que su padre previamente le había hecho. Por mi presencia en su vida como analista, lo había forzado a actuar y sentirse “repugnante”. Estaba luchando contra la admisión de tal sentimiento y protegiéndose a sí mismo a través de su rabia conmigo. La diferencia entre el entorno infantil y la situación analítica, sin embargo, radica en el hecho de que su padre había pretendido cuidar de él, y en realidad le había hecho un tremendo daño; mientras que yo había trabajado de manera constante y sincera por varios años para ayudarlo a recuperar su salud y felicidad. Y en mis propios sentimientos, yo tenía respeto y admiración por sus valerosos esfuerzos, su capacidad de resistencia, y su bien ganada integridad. Estas características de él lo hacían, de hecho un igual, incluso con la oportunidad también de ser superior a mí.

Una actitud mental de esta naturaleza por parte del analista -aunque no siempre se exprese- tiene un efecto terapéutico durante los momentos de angustia del paciente, pues este es motivado por la capacidad y fortaleza del analista de presentar una correcta y beneficiosa faceta de su propia personalidad al paciente. Esto puede ser comparado con el apropiado tiempo de exposición de una placa fotográfica.

Los últimos meses del tratamiento de este paciente se abocaron a su desafiante rechazo de sentir su “repugnancia” y su vergüenza en la vida cotidiana; a la difícil admisión de que este rechazo lo tenía atado a su vergonzoso pasado; a una apertura gradual y más humilde de sí mismo y a permitir hacer consciente estas sensaciones profundamente reprimidas especialmente de esclavitud, a la conciencia de que podía por fin partir desde abajo y construir una vida integrada y satisfactoria.

Ya no era más el siervo de un padre cruel, sino que ahora era el “amo de su destino”. Primero se dedicó a la construcción de un nuevo modo de relación conmigo, una que fuera sólida y permanente, y en la cual ya no era inferior, sino libre para alcanzar sus objetivos y ambiciones. Tenía la confianza de que yo no lo abandonaría, y de que yo no deseaba hacerlo. Se daba cuenta de que tenía el firme deseo de mostrar su afecto por mí y de ser un testimonio de nuestros esfuerzos mutuos. Mientras más se preocupaba por las posibilidades satisfactorias que tenía la vida para él, mi rol en su progreso se fue haciendo más nebuloso. Estaba absorto en vivir como una persona con derechos propios.

En estas últimas páginas he descrito un paciente durante el desarrollo final de su análisis. Podría ser mejor descrito, en sus propias proféticas palabras, como “Vergüenza y rabia, y luego amor”.

En los precedentes ejemplos de terapia psicoanalítica mencionados, he intentado mostrar que los elementos emocionales que subyacen en un conflicto neurótico puede reducirse a la ansiedad, el odio y el amor. Un cuidadoso sistema construido para protegerse del entorno y de los impulsos reprimidos propios, intensos y temidos, pueden ser visto en todas las personas que sufren de neurosis. Esta construcción es el resultado de la ansiosa certeza de que el ambiente es hostil y de que los propios impulsos internos, en relación con esta hostilidad, son malos y destructivos. Como consecuencia, la protección toma la forma de paliativo, conformidad, intentos de complacencia, ser un “buen niño”, o por lo contrario ser “maldadoso”, un zombie, y un ser con muchos desafortunados y destructivos defectos de carácter.

Que este sistema de defensa inconsciente no tenga éxito, que produzca síntomas neuróticos es el resultado de la falsedad de la ilusión original, ilusión construida a la luz de las experiencias infantiles, pero que ya no sirven en la medida que uno se acerca a la adolescencia, y menos en la adultez. El resultado de esta tendencia es el de hacerse enemigos, o por lo menos en cierto grado de deficiencia en los contactos personales, y así reproducir los patrones de la infancia.

De esta forma, el círculo vicioso original continúa y aumenta la necesidad de defensa. Es esencial un quiebre en el círculo y eso puede ser ofrecido por un tratamiento psicoterapéutico, en el cual el especialista rechaza ser hostil y ofrece evidencia de su amistad por medio del tacto y la habilidad de ayudar al paciente a tomar conciencia de sus mecanismos de defensa y de la rabia que los subyacen. Que la hostilidad proyectada sobre las partes del analista no funcione, provee la puerta de entrada e inicia el proceso en reversa de la recuperación emocional del paciente.

A continuación aparece un despliegue decidido desde la defensa de la rabia, la misma que se usó en el desarrollo de la defensa, dando paso a un período de hostilidad combinado con ansiedad e intentos de revivir los impulsos defensivos. Estos últimos se van haciendo cada vez más débiles, a medida que la rabia se expresa mas intensa y directamente en la expresión verbal. Finalmente, frágiles señales de ternura y cooperación se empiezan a sentir en el paciente, las que se acompañan de entendimientos y una mayor salud emocional, que se empiezan a manifestar en sus conductas y en el surgimiento de deseos constructivos. En este punto del tratamiento el conflicto entre los impulsos amorosos, la frustración, los impulsos hostiles, y la ansiedad y rabia bullen sin cesar, y son en esencia una duplicación de la experiencia infantil. Este conflicto continúa casi basado completamente en la ilusión, pues el *insight* todavía es tentativo, y el entorno real -tanto dentro como fuera del análisis- le parece al paciente muy similar al ambiente familiar de su juventud.

Las repeticiones continuas de este círculo vicioso son interrumpidas permanentemente, por el reconocimiento final por parte del paciente del contraste que presenta la situación analítica con las primitivas experiencias. El analista no tiene la personalidad de sus padres, ni la de sus conocidos, la relación analítica no es para nada igual a la de la infancia del paciente. De hecho, es completamente distinta; pues el analista al tratar a su paciente tiene un solo objetivo en vista y es que éste tenga felicidad y salud. Las defensas y la hostilidad de su paciente no lo sacan de quicio. Solo se siente agradecido por que él se las exprese, y se esfuerza en ayudarlo a que las comprenda. Las racionalizaciones ahora son inútiles; la dispersión es continuamente señalada para centrar la atención del paciente y su darse cuenta; las ilusiones son progresivamente vistas en su verdadero valor. La tendencia a destruir se empieza a ver como inútil, y es finalmente, con gran alivio descartada. Es, por lo tanto, inevitable, que la rabia y el odio gradualmente a medida que van siendo expresados y no tienen consecuencias críticas, pierdan fuerzas y sean reemplazados por impulsos de amor.

Reconocer la tenue separación entre la hostilidad y los impulsos de amor y ternura y sus expresiones; y observar el inevitable renacimiento de los impulsos tiernos en el momento en que la rabia cambia su curso desde la destrucción basada en la ilusión hacia una fuerza creativa que opere con la realidad, le permite al psicoanalista hacer un uso calculado y beneficioso de estas dos emociones básicas y activar los principios que regulan la vida humana.

Es en el desarrollo del uso sano del amor y la rabia que los seres humanos alcanzan su plenitud mayor. Cada una de estas emociones tiene su apropiado poder, y ambas deben ser constructivas en su expresión. Es en el abuso y mal uso, surgido en la confusión moral de la infancia, donde se encuentran y residen los fundamentos de la neurosis. Por eso, es en la corrección de tales imprecisiones y en el desarrollo de estas poderosas emociones hacia una expresión madura y correcta, en lo que la psicoterapia funda sus más variadas formas de tratamientos exitosos.

***Volver a Ediciones Digitales  
Volver a Newsletter 15-ex-69***