

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

Izette de Forest.

CAPITULO 9.

PARTE III. Integridad la meta del Psicoanálisis

LA RESTAURACIÓN DE LA INTEGRIDAD PERSONAL

Hay ciertos limitantes rasgos de carácter, inevitablemente, presentes en todas las personalidades psiconeuróticas. La arrogancia o la autodegradación, la muerte emocional, el automatismo, la hipersensibilidad; o un cierto grado de ceguera hacia los eventos presentes en la realidad, o una continua mal interpretación de la misma como consecuencia de un exagerado estado de alerta. De un modo u otro algunos de ellos siempre se encuentran presentes, y de una forma muy exagerada; ello va acompañado por un impulso autodestructivo, más o menos velado; por una tendencia hacia la venganza indirecta, y por una incapacidad para formar relaciones personales exitosas; y además, ellos están impregnados de ansiedad y culpa. ¿Cuál es la función de estas invariablemente presentes características perjudiciales? Es posible, que ellos sean rasgos que no han evolucionado hacia una expresión natural y directa de la individualidad, sino más bien hacia un estado necesario de adaptación frente a las demandas del ambiente. Ellos deben tener entonces un propósito de autoconservación, a pesar de que son llamados neuróticos, debido a que todos estos intentos dan como resultado la autodestrucción, la enfermedad y la incapacidad. Se podría decir que son el mejor de dos males posibles, porque es mejor estar mutilado que aniquilado, mejor tener una horrible cicatriz que una herida abierta.

Esto ha sido necesario debido a sucesos traumáticos ocurridos en la primera infancia, que lesionan repentina o recurrentemente el núcleo de la personalidad del niño, y que detienen en su momento el impulso de crecimiento. El desarrollo explícito y franco al crecimiento se daña y se bloquea, y en consecuencia, éste se clausura y se debe, entonces, abrir rápidamente un nuevo derrotero antes de que el flujo de la vida cese del todo. Por lo tanto un tejido cicatricial se forma y resulta una deformidad como resultado a la reacción de daño. Esto reemplazaría a la genuina maduración de la semilla.

Al igual que como un órgano del cuerpo compensa a otro, cuando este está enfermo o dañado; o una parte del corazón compensa a otra parte que ha dejado de funcionar, este nuevo método de expresión, aunque distorsionado, es un intento inconsciente por parte del niño de compensar las serias heridas que ha sufrido su naturaleza intrínseca y la expresión espontánea de ella. Del mismo modo que en el caso de las enfermedades del corazón cuando la equilibrada ecuación original está descompensada; la compensación tiende a ser exagerada y muy pesada, y en ambos casos resultan un órgano y una personalidad muy distinta a la original, y una expresión no del todo saludable.

Puede parecer difícil entender o creer que el núcleo central de la naturaleza de un niño pueda ser dañado hasta tal grado. Uno solo puede afirmar, como el estudio de las neurosis lo ha demostrado que las experiencias desastrosas de la infancia suelen ser por lo general más potentes que la habilidad del niño para soportarlas. Por otro lado, se ha demostrado que el impulso de crecimiento resulta ser indomable, por el simple hecho de que el niño no sucumbe completamente a las ocurrencias traumáticas, sino que lucha por la vida incluso al costo de desarrollar una personalidad neurótica, cosa que hace de hecho por vía de su neurosis.

Si esta es una organización temporalmente eficaz, aunque destructiva a la larga, ¿Qué sucede con los dañados e impotentes aspectos constitucionales naturales, los cuales son desplazados por esta organización?, ¿Se deshacen y desaparecen?, ¿O mantienen una ahogada existencia aislados y desconectados de esta nueva imagen distorsionada de si mismo?, ¿Es posible incluso que en las más severas psicosis, la integridad esencial del paciente no esté completamente destruida? Ciertamente es en lo psiconeurótico, donde ella puede ser alcanzada, elaborada y liberada. En consecuencia, mantenerse impotente y solo disipar el dañino

ajuste compensatorio es solo parte de la tarea del psicoterapeuta; éste debe acompañar con ello la aún más importante tarea de revivir y nutrir, de fortalecer y madurar la original naturaleza del paciente neurótico.

Si uno estudia de cerca los progresos del tratamiento psicoanalítico, podría ver tanto por parte del paciente como del analista, que en ambos estos aspectos están constante y simultáneamente considerándose. El paciente que solicita atención pone en evidencia inmediata que la lucha por la persistencia de su inherente naturaleza no ha cesado, sino que aun está en acción, siendo su necesidad y esfuerzo por confiar en el analista un reflejo de los mismos. Sin embargo estos positivos elementos que estarán presentes a lo largo de gran parte del tratamiento, frecuentemente serán ensombrecidos por los hábitos de acción y pensamiento característicos los cuales surgen de su intento neurótico por controlar el ambiente.

Debido a que el impulso de sanidad es aun débil e inestable, el primer objetivo del terapeuta -antes de comenzar a deconstruir- el entramado neurótico- es facilitar la toma de conciencia del paciente respecto del valor del gran esfuerzo que está realizando. Esto es posible debido, a que en las primeras entrevistas de conocimiento del paciente, ha podido sentir las capacidades ocultas y potencialidades, y el valor inherente de su carácter. Este sutil aliento, es luego seguido rápidamente por un examen cuidadoso y prudente de los mecanismos de defensa; inicialmente lo más superficiales y, gradualmente, los más radicales. Cierta grado de hostilidad ansiosa surge inevitablemente en el paciente por esta crítica; esta es, sin embargo, combinada con un progresivo aumento en la confianza en la perspicacia del analista y su interés por ayudarlo. Estos incipientes signos del conflicto emocional del comienzo del tratamiento, representan el conflicto básico de la neurosis, el cual constantemente se repetirá bajo distintas formas y circunstancias, y con progresiva intensidad. Este conflicto cada vez más fuerte significa un intento más poderoso del núcleo integral de la personalidad del paciente, por derribar las rejas de su protección neurótica. En esta lucha, el analista parece adoptar alternadamente posiciones con cada una de las fuerzas a las que se opone el paciente, parece estar constantemente simbolizando el lado más fuerte, forzándolo a fortalecer los aspectos más débiles para ganar la batalla. El sentido de realidad del paciente, sin embargo, comienza a funcionar más eficazmente a medida que su real naturaleza empieza a salir a flote. Gradualmente se da cuenta, de que el analista es -en realidad- alguien que ha estado al lado de su *self* aprisionado, y de que sus controladores mecanismos neuróticos se han hecho innecesarios en esta relación mutua. Reconoce que ha forzado inconscientemente al analista a jugar roles ilusorios; y que al dejar de lado estas ilusiones, finalmente, ha tenido éxito en deconstruir su organización neurótica. Ya no está más atrapado en el círculo vicioso de su neurosis, y puede funcionar ahora como una identidad independiente. La aventura de desarrollar su temperamento y sus talentos está frente a él.

Así podemos ver, que cuando al paciente se le ofrece un ambiente apropiado bajo la forma de un analista técnicamente hábil y comprensivo, las dos tendencias terapéuticas esenciales comienzan a funcionar inevitablemente. Esto se puede ejemplificar con el caso de un joven cuyas severas depresiones lo llevaron a buscar ayuda psicoanalítica. El solo podía expresar su débil deseo de recuperar su salud emocional, con una dudosa esperanza de que el tratamiento no resultara en establecer en él la creencia - que sus padres habían urgentemente predicado- de que ser "natural" era malo y destructivo, y que no pudiera lograr que el dejará de lado sus impulsos "naturales". En un momento, tuvo que admitir de que estaba muy poco consciente de quería decir todo esto, pero así y todo se aferraba a ellos. En otras palabras, yendo donde un analista, este va buscando un padre que lo pueda valorar por si mismo, que pueda tiernamente ayudarlo a desarrollarse como un individuo. Temía, sin embargo, que incluso el psicoanálisis, su último recurso, no ofreciera esperanza de éxito en esta búsqueda.

Esta distorsionada y retorcida compensación puede reconocerse en la expresión de sus esperanzas y temores. El continuaba verbalizándolo en las primeras etapas del tratamiento, en un lenguaje intelectualizado y elaborado, y en un tono tan bajo que eran casi inaudibles. Sus acciones, sentimientos y pensamientos eran rígidos y torpes; y parecía estar en un constante estupor emocional. Cuando alguna expresión de sus deseos positivos se filtraba por alguna grieta de su protectora coraza, pedía ansiosamente disculpas; y en la próxima sesión se hundía en una depresión. Uno de sus placeres robados y culpables, era el escribir sagaces y apasionados versos, en permitirse lecciones de dibujo, en el disfrutar la música en forma más emocional que intelectual, en su deseo de escapar de su familia, más frecuentemente durante los fines de semana, y en su tímida aunque encantadora sonrisa; la vibrante naturaleza de su inherente personalidad parecía contrastar, radicalmente, con su comportamiento automático usual y sombrío, y sus actitudes tristes y dubitativas.

En los inicios del tratamiento de este paciente, fue necesario reflejar y señalar sus incipientes e inocentes deseos, alentándolo a que me contara sinceramente sus genuinos deseos y sentimientos, en contraposición a las creencias y patrones que consideraba como propios en un momento dado, y que a menudo, parecían ser expresados como frases hechas. El podía desplegar largos y fervientes sermones sobre cuestiones morales. Cuando le preguntaba si realmente creía en algo de lo que me estaba diciendo, al principio se sentía perplejo, pero luego realizaba un examen honesto de sus propios principios, admitiendo que había estado imitando a su padre -ministro de la iglesia-, y que en realidad creía que muchas de las ideas de él, eran tonterías. Resulto beneficioso para él que yo le contara mis ideas sobre los temas morales que me presentaba, y que me permitiera expresar mis propios sentimientos de que él, un niño pequeño era más intuitivo y sabio en su comprensión de las acciones y relaciones humanas, que cualquiera de sus padres. Como resultado de este mínimo fortalecimiento de su integridad personal, en los inicios del análisis, empezó a relajarse, se hizo emocionalmente menos catatónico, y más libre para mirar y percatarse de su exagerada protección.

El cautivar el self del paciente, en las primeras etapas del tratamiento e invitarlo a que se exprese mínimamente, sin que se asuste reclusándose en sus defensas nuevamente y que por esa vía aumente la necesidad de fortalecer sus protecciones depende de la habilidad del analista. Esto se logra en todos los análisis por el procedimiento equilibrado de ir, con tacto, llamando la atención sobre los signos de la verdadera naturaleza del paciente, los que se asoman tímidamente; y también sobre los variados métodos de defensa -de acción y pensamiento- que posee. Acercar y clarificar estos opuestos impulsos a la atención consciente, sin criticarlos o culparlos sino señalándolos simplemente como hechos, le permite al paciente y al analista estudiar juntos las posibles razones de estas defensas, con la esperanza de que algunas de ellas ya inútiles sean descartadas. Huelga decir que una tal acción, aun generalmente reconocida por el paciente como deseable, no puede lograrse por simple voluntad. Ella ocurre de manera involuntaria e inevitable a medida que el paciente aumenta su confianza, tanto en sí mismo como en el analista, y por esa vía comienza a disminuir la necesidad de defenderse en esta particular relación.

A medida que el análisis avanza, los impulsos naturales del paciente se expresan de forma más espontánea. Las medidas de protección también son proporcionalmente más activas. El creciente vigor de sus deseos y demandas innatas lo fuerzan inconscientemente a fortalecer sus antiguos métodos de controlarlos. Pero llega el momento, sin embargo, en que logra vislumbrar una parte de sí mismo, “el yo indestructible”, como estando separado de los entrapamientos de un amenazante pasado, de manera franca y sin temor. En ese instante los sueños de desnudez, a menudo cambian -en énfasis y significado- desde el temor a ser visto desnudo y/o de una rebelde insistencia de estar desnudo frente a personas que están vestidas, al placer de disfrutar la propia desnudez en entornos pertinentes. Sin embargo esta primera mirada de su verdadero *self*, desaparece casi como un espejismo, cuando el paciente extiende sus manos para alcanzarla. Solo tras un constante, permanente y exitoso enfrentamiento con sus temores y ansiedades, ello volverá a ocurrir y cada reaparición tenderá a ser más larga, más sólida y genuina, y más deseable. Ahora, por fin él se percibe y se siente y se reencuentra con un reflejo en el espejo de sí mismo, ya no como él de alguien que quisiera ser, sino como alguien que cree poder llegar a ser. El objetivo del tratamiento está por primera vez a la vista. Ahora es algo tangible y real sobre lo cual poder trabajar. Por fin es capaz de luchar consciente y voluntariamente, por deshacerse de sus cadenas protectoras. Como ha recuperado su fortaleza natural, y ellas están al servicio de sí mismo y dispuestas a ayudarlo, las defensas se desmoronan como por arte de magia.

Un ejemplo de esta nueva consciencia de fortaleza es ejemplificado con el caso de un joven que padecía de alcoholismo. Subyaciendo a este síntoma existían impotentes sentimientos semiconscientes de vergüenza e inutilidad. A medida que estos sentimientos fueron haciéndose conscientes y que se fue permitiendo que ellos lo inundaran, dejando de lado sus defensas; junto con una creciente confianza en su capacidad para tolerar este caos emocional, empezó a desvanecerse su antiguo temor de inutilidad frente a ello. Un día me dijo. “Ayer en la tarde pensé que podía tomar un trago, pero de pronto me di cuenta de que solo estaba usando eso como un medio de aliviar mis horribles sentimientos, y de tratar de cambiarlos, como siempre lo he hecho. Así que me quedé ahí pensando, y por *primera vez en mi vida* desde que tengo recuerdo, no lo hice. En vez de eso, me levanté y comencé a limpiar el garaje. Es la primera vez que tengo la fuerza para resistir esta debilidad, y estaba muy sorprendido de darme cuenta de que no había cedido. Verdaderamente sorprendido”. Al día siguiente me dijo: “Podría ser muy malo no superar este tema del efecto del alcohol

sobre mí, antes que me enferme dé úlcera o cirrosis. Ahí *yo tendría que dejarlo*, pero nunca habría tenido la sensación de que lo hice por mi propio esfuerzo y fuerza. Me daría mucho pesar si algo, como un factor externo, viniese de afuera y me hiciera detenerme, porque no probaría la victoria. Mientras más descubro esta ciénaga estancada dentro de mi interior, más creo que ira acabando de forma automática mi sentimiento de necesidad del alcohol. Solo ahora último he empezado a tener la idea de que me voy a sentir *feliz y orgulloso* de mí mismo, -por mí mismo, y no por usted; aunque me encantaría y disfrutaría mucho su lucidez y alegría por mi logro. Y con esa idea, ha llegado una ansiedad tremenda de que me va a dar una enfermedad, y me va a privar de la victoria *que me corresponde*. Nunca antes había aparecido de esta forma. La experiencia de ayer, apareció de repente, sin ninguna predisposición de fuerza o resolución preliminar. Bueno, esta lucha es así, y no hay dudas que seguirá siendo de este modo: pero yo ya sé perfectamente bien, a que debo aferrarme, para poder ganar. Realmente no hay ninguna otra alternativa que pudiera aceptar en mi corazón.”

A partir de estos comentarios, uno percibe, casi inmediatamente, una gran fortaleza de propósito interior en el paciente, así como una clara comprensión de sí mismo. El hecho de que el continuase dando un paso atrás, cada vez que daba dos hacia delante no es más que prueba fehaciente de su creciente fortaleza más que un signo de debilidad. El principal problema a lo largo del tratamiento psicoanalítico es nutrir y fortalecer el poder del paciente para creer en sus propios derechos. Esto puede ser un logro permanente solo si es acompañado con un desafío directo a los hechos de su realidad emocional. En el caso de este joven, solo dejándose sucumbir a los sentimientos de extrema soledad y desamor, y de permitirse aprender de su habilidad para tolerarlos, que hasta ahora había reprimido, pudo sentir su natural fortaleza y contar con ella. Sin este intenso conflicto y sus frecuentes retrocesos, los recursos que ya poseía y que ahora necesitaba para una vida constructiva, no se hubieran agudizado, pues solo de este modo es posible buscar la verdadera personalidad.

Uno de los objetivos de la terapia psicoanalítica es el de liberar al paciente neurótico de las defensas que su ambiente infantil le obligó a construir. El otro objetivo, y más constructivo aun es la búsqueda de la verdadera personalidad del paciente. Los términos “núcleo de la personalidad”, “verdadero self”, “real naturaleza” e “integridad personal” son extremadamente difíciles de definir. No obstante, cada ser humano sabe en lo profundo de su corazón lo que ellos representan; debido a que es algo concerniente a lo largo de toda la vida, consciente o inconscientemente, a la preservación de la propia integridad y al permitir que su naturaleza adquiriera una expresión. De hecho, la neurosis misma puede haberse desarrollado originalmente con el propósito de preservar su integridad. La propia identidad es representada por el cuerpo propio o por el propio espíritu de uno, y ello debe ser defendido a toda costa. Debe ser salvado incluso aunque uno se pierda en el proceso. Aquí vemos la paradoja representada en todas las neurosis y psicosis. Es la tarea principal del psicoterapeuta ayudar a su paciente a vencer esta paradoja abriéndole el camino para la expresión libre de la naturaleza moral inherente del hombre.

Volver a Ediciones Digitales
Volver a Newsletter 17-ex-71