

Jean-Marie Delacroix

ENCUENTRO CON LA PSICOTERAPIA

Una visión antropológica de la relación
y el sentido de la enfermedad en la paradoja de la vida

*

Prólogo
Adriana Schnake

*

Traducción
Óscar Luis Molina

CUATRO VIENTOS
EDITORIAL



Maturana 19

Santiago de Chile

Contenidos

	págs.
Prólogo	15
Introducción: Conviértete en quien eres y sé quien estás por ser	23
La teoría paradójica del cambio	24
La Gestalt de la primera hora y las primeras influencias	32
Trayectoria vital como fondo para la comprensión y práctica	43
Cap I: Antropología de la terapia gestáltica	63
¿Qué significa antropología?	65
Antropología de la Gestalt y vida de F. Perls	68
Supuestos antropológicos de la teoría del self	71
De la “fisura” a la restauración del vínculo	83
Cap II: Evolución y Gestalt	99
El ser humano en la cadena de la evolución	99
El punto de vista de algunos científicos	101
El organismo como lugar de recuerdos	104
El cuerpo: “fondo dado” y evolución	106
Conclusión	109
Cap III: Maravillarse	113
La irrupción de lo inesperado	113
Del cuerpo sobresaltado a la ruptura intuitiva	115
La ruptura intuitiva	117
Maravillarse del maravillarse	119
Decirse a sí mismo este maravillarse y revelarlo	122
Magia natural y suave fulgor	127
Conclusión: el maravillarse, “creatividad gratuita”	131
Cap IV: Pensar la enfermedad y el síntoma	137
El síntoma: una tentativa de autorregulación orgánica	137
Psicopatología gestáltica de la enfermedad	146
Interludio artístico	161
Cómo encarar el tratamiento	164

Cap V: Fondo, contexto y segundo plano		181
Proceso figura-fondo	183	
Diferentes concepciones del concepto de fondo	185	
Forma: su contexto y el segundo plano	190	
El cuerpo-fondo	195	
La frontera-contacto: terapeuta blanco y paciente negro	200	
Cap VI: Lo arcaico y lo íntimo		207
Las tres funciones del sí mismo: fundamento del acto terapéutico gestáltico	207	
Función ello y lo arcaico	209	
El awareness: instrumento clínico, revelador del no-consciente manifestado por la función ello	214	
Relación terapéutica, intimidad y lo arcaico	219	
Cuerpo a cuerpo psíquico	220	
Cap VII: Violencia y duelo en la de-construcción de las formas neuróticas		229
Cambio y violencia	230	
Ruptura de confluencia y violencia	232	
Forma fija neurótica: ¿qué es?	237	
Intermedio clínico: la violencia del cambio	239	
“No logro hacer el duelo...”	242	
Duelo y pena en el proceso terapéutico	245	
Intermedio clínico: la pena del abandono de la neurosis	247	
Cap VIII: Cuerpo, identidad y contemplación		253
Experiencia del cuerpo como base de la identidad	254	
Intermedio clínico: “Soy como una pared...”	260	
Respiración e identidad	263	
Intermedio clínico: del cuerpo reintegrado al otro reconocido	267	
Esa mirada que contempla y nombra	272	
Cap IX: La experiencia y la experimentación en la práctica		281
Cómo comprender la experimentación	282	
Dos categorías de experimentación	287	
Viñeta clínica: la función ello revela una mala jugada	293	
Cap X: El sí mismo en grupo: del concepto a la fuerza actuante		299
Constitución de un grupo	300	
Devenir de la emocionalidad grupal	309	
El sí mismo: una fuerza actuante en el campo grupal	323	

Cap XI: “Anoche he soñado para el grupo”		
o el sueño como fenómeno de campo		333
Evolución del pensamiento sobre el sueño en terapia gestáltica	334	
El sueño en la teoría del campo	340	
El sueño y el “germen morfogénico”	350	
Cap XII: Un rayo de sol para morir	361	
Un acompañamiento hacia la muerte	361	
Cuando el terapeuta debe desaparecer por un lapso indefinido	363	
Gozar juntos de un último rayo de sol	365	
Cap XIII: Ampliar el campo de la conciencia en terapia gestáltica y en el trance chamánico		369
Las terapias tradicionales ancestrales en el origen de la psicoterapia contemporánea	371	
La antropología de las terapias ancestrales de la Amazonía	374	
El proceso terapéutico por el trance chamánico	377	
Semejanzas y diferencias entre la terapia gestáltica y el chamanismo amazónico	380	
El fondo, el cuerpo, la memoria implícita inmediata y distante	384	
Ajuste creativo y revelación creativa	386	
Cap XIV: Terapia gestáltica y espiritualidad		393
Orígenes etimológicos	394	
La psicoterapia transpersonal	401	
El aliento: lazo entre lo no-creado y lo creado	405	
La terapia gestáltica: espacio intermediario entre la psicoterapia y la espiritualidad	410	
Epílogo: La tercera historia: una estética de la relación		421
La tercera historia: hacer la experiencia de una relación atípica	422	
La tercera historia: una historia de afectos mutuos	430	
Trascender el sí mismo: hacia una estética de la relación	439	
Bibliografía: Obras y artículos citados		453

CAPÍTULO I

Antropología de la terapia gestáltica

“SOIS PSICOTERAPEUTAS... MUY bien... ¿Cuál es vuestra antropología?”... Prolongado silencio. De ese modo se dirigió el profesor Hellenberger, en julio de 1976, a seiscientos psicoterapeutas, entre los cuales estaba yo, reunidos en París durante un congreso internacional de psicoterapia de grupo. Dictaba la conferencia de clausura. Me sorprendió y conmovió la pregunta. Y me pregunté qué querría decir.

Cinco años antes había comenzado mi carrera de psicoterapeuta individual y de grupo. En la víspera había presentado una comunicación, destacada en el mismo congreso, sobre la psicoterapia de grupo con pacientes difíciles en hospitales psiquiátricos carcelarios. Era la primera vez que escuchaba enunciar esta asociación entre antropología y psicoterapia. He continuado esta reflexión durante años y todavía la prosigo. En aquella época no pude captar lo que quería decir ese hombre sencillo y brillante, de origen suizo, que vivía también en Montreal y era psiquiatra especializado en criminología, psicoanálisis y antropología.

Su pregunta me tocaba de lleno, pues había estudiado etnología —que hoy se llama antropología— junto con psicología. Como psicoterapeuta advertía la importancia de este tema; sin embargo, en esa época no podía explicarlo.

Y cuando empezamos a elaborar en 1985 nuestros primeros programas de tercer ciclo de formación de terapeutas gestálticos en el marco del Instituto Francés de Terapia Gestáltica, propuse que ofreciéramos un seminario sobre el tema desde el comienzo del ciclo, de tal

suerte que esta preocupación acompañara a los aprendices de terapeuta a lo largo de los dos años del ciclo.

Una teoría es indispensable para dar una estructura de pensamiento, una columna vertebral conceptual y coherencia. También permite hallar los puntos de referencia metodológicos que darán sentido a la práctica. Confiere, en fin, la sensación de pertenencia a un grupo que se refiere a un mismo sistema. Pero una teoría solamente es una teoría, una ficción para dar cuenta de algunos fenómenos, un sistema explicativo a propósito de. Podemos ser muy buenos teóricos, virtuosos de una teoría, pero ¿es esto lo esencial cuando nos situamos como seres humanos en una relación con otro ser humano que se cuestiona, duda y sufre? La misma teoría puede dar lugar a diversas prácticas, y fenómenos muy diferentes en diversos sectores pueden dar lugar a un análisis a partir de un mismo sistema teórico. A mí me resulta fácil y por completo pertinente comprender y decodificar algunas prácticas chamánicas a partir de la teoría del sí mismo, como veremos más adelante en el Capítulo XI de este libro, hasta el punto que me digo que el modo de concebir el mundo y el acto terapéutico de nuestros colegas del fin del mundo es un ejemplo magnífico de la filosofía y de la antropología gestáltica. Y cuando escucho a científicos comprometidos, como H. Reeves o J.M. Pelt, que hablan constantemente, a su modo, de la interacción entre el hombre y el planeta, escucho la teoría del sí mismo de la terapia gestáltica con su concepción de “campo organismo-entorno”.

Me parece que podemos apoyar nuestro ser-ahí de terapeutas en cuatro pilares:

1. Nuestra historia personal y familiar, con lo que ella ha hecho de nosotros y con lo que nosotros hacemos con ella. De ella nos viene nuestra concepción implícita del ser humano, nuestras creencias y sistemas de valores, elementos que se infiltran siempre en el proceso terapéutico si no estamos alerta e incluso cuando lo estamos. Por esto nos encontramos constantemente en estado de supervisión y es posible que de vez en cuando retomemos un pasaje de terapia para

explorar lo que de nuestra historia, al mezclarse con la historia del paciente, participa en el tejido de lo que llamo la tercera historia: la de la relación terapeuta-paciente. Es lo que llamo nuestra antropología personal.

2. Nuestras referencias teóricas y metodológicas y nuestros conocimientos en el dominio de la psicología, de la psicopatología y de algunas ciencias anexas.
3. La concepción del ser humano contenida explícita e implícitamente en el enfoque o en los enfoques teóricos a los cuales hacemos referencia.
4. La confrontación entre nuestra antropología personal y la que está contenida en los enfoques a que nos referimos.

* * *

En este capítulo me propongo explorar los siguientes puntos:

- √ Primero veremos los sentidos posibles de la palabra antropología.
- √ Evocaremos diferentes puntos de la vida de F. Perls, que nos pueden permitir comprender algunos conceptos.
- √ Presentaré los que me parecen los nueve supuestos de la concepción del ser humano que contiene la teoría del sí mismo.
- √ Nos detendremos en el concepto de contacto y de ciclo de contacto y veremos lo que implica en la concepción del tiempo y de la sensación de existencia.
- √ Y situaremos al ser humano como elemento de un vasto proceso en la cadena de la evolución.

¿Qué significa antropología?

Viene del griego “anthropos” y “logos”. Anthropos se traduce como “hombre, ser humano”. El primer significado que se da habitualmente a logos es “palabra”. Pero el término logos ha tenido varios significados, incluso en la antigüedad griega. Por ejemplo, “relato”, que ha dado “fá-

CAPÍTULO II

Evolución y Gestalt

El ser humano en la cadena de la evolución

ES POSIBLE QUE no hagamos ninguna de las consideraciones que siguen ante la señora X, quien en este momento pasa por una profunda depresión y desea morir, ni ante el señor Y, que ya no sabe dónde está después de separarse. Es posible. Pero formulo la hipótesis de que estas consideraciones acerca del ser humano y su evolución, integradas en mi “quién soy” y en mi “ser-allí” de terapeuta, harán su trabajo si es necesario en lo invisible, en ese invisible que forma parte de la relación terapéutica y de la historia particular y específica que se teje entre este paciente y yo, en este momento de mi historia, de su historia, de nuestra historia común.

En el Capítulo VI del Volumen II de *Terapia Gestalt*, titulado “Antropología de la neurosis”, PHG se refieren a una de las etapas de la historia de la evolución: el paso a la verticalidad, es decir, ese momento en que el animal, progresivamente, se yergue y accede a su humanidad convirtiéndose en bípedo, modificando su fisiología y desarrollando su cerebro, su inteligencia y su capacidad para ingresar en la conciencia. Este capítulo se introduce haciendo referencia a los “poderes perdidos” de la infancia y los autores expresan de este modo su proyecto: “Deseamos ampliar ahora nuestro propósito y hablar de lo que se ha ‘perdido’ en nuestra cultura de adultos, en el empleo de los poderes del hombre”. Y lo que se ha perdido, según ellos, son las funciones animales, es decir, la capacidad de experimentar.

El capítulo es curioso. PHG, en efecto, jamás nombran a Darwin ni a los científicos que se sitúan en la tradición evolucionista y ni siquiera a la evolución. Uno se pregunta cómo ha llegado ese tema a esa obra. Cabe preguntarse, también, si la neurosis tiene una antropología... ¿No sería más adecuado hablar de la antropología del “neurótico”? PHG definirán al neurótico como aquel que habría perdido sus capacidades animales a medida que crecía en la escala de la evolución, perdida entre otras su capacidad para experimentar y movilizar todos sus sentidos en beneficio de la abstracción y de la mentalización. Es quien habría perdido su capacidad de ser en la experiencia inmediata, en el *awareness*, y asimismo su capacidad para orientarse de manera adecuada a partir de los indicios que le envía la conciencia.

Mi intención no es discutir la exactitud o inexactitud de esas afirmaciones. Es, más bien, reaccionar al descubrir que PHG fundan la antropología de la Gestalt, entre otros conceptos, en el de evolución que propuso Darwin en la década de 1850. Al leer ese capítulo advertimos que apoyan en esa etapa de la evolución su concepción del animal-humano y de la neurosis; ésta sería “la pérdida de los poderes perdidos de la infancia”, es decir, la pérdida de la capacidad de experimentar y de orientarse adecuadamente según lo experimentado.

Pero, ya que este concepto darwiniano forma parte de la antropología de la Gestalt, ¿por qué limitarlo a ese único momento de la evolución? ¿Por qué no considerar también el proceso evolutivo global del ser humano desde el Big Bang del que nos hablan los científicos y en una visión claramente holística? El ser humano es animal, por cierto, pero también vegetal y mineral. También es materia, una de las formas que adopta la materia inicial en estado bruto en ese momento de la historia de la evolución. El organismo humano es materia en transformación, en evolución, que está marcada por las distintas etapas evolutivas, lleva sus huellas. Quizás sería interesante considerar el punto en un proceso psicoterapéutico, sobre todo cuando se apoya en la noción de no-consciente.

Mi intención tampoco es retomar las ideas que Darwin formuló en la década de 1850 en *El origen de las especies por medio de la selección natural o la lucha por la existencia en la naturaleza*. Es, más bien, referirme a algunos científicos contemporáneos que se inscriben en la corriente darwiniana y que nos llevan a repensar o a redefinir algunos conceptos de la Gestalt. A esto nos autorizan PHG, ya que ellos mismos indican que la referencia al concepto de evolución forma parte de la antropología de la Gestalt.

El punto de vista de algunos científicos

PHG nos recuerdan que ésta es la pregunta fundamental que plantea la antropología: ¿qué es el hombre? Es también la de la evolución, que la plantea a partir de los orígenes: ¿de dónde venimos? Y después agrega: ¿quiénes somos? ¿Dónde vamos? La terapia gestáltica podría agregar: ¿cómo he llegado a ser el que soy en vista de mis orígenes próximos y distantes? Algunos científicos plantean la pregunta del mismo modo que nosotros: en términos de proceso y no de por qué.

Astrofísicos como H. Reeves consideran que somos “polvo de estrellas” y no sólo en sentido metafórico. El biólogo J.M. Pelt retoma la idea y la formula de esta manera:

“Las estrellas son literalmente el horno incandescente, el crisol donde se elaboran los átomos de los cuerpos simples, 92 en total: los mismos que nos enseña la química. Cada átomo está formado por partículas: electrones, protones, neutrones, que combinándose de manera más y más elevada producen la vasta gama de estos 92 átomos o elementos, cada uno de los cuales posee características y propiedades particulares... Estos átomos formados en las estrellas conforman los mundos inanimados que en nuestro planeta constituyen el mundo de la vida hasta en nuestro propio cuerpo. Estamos compuestos, entonces, de polvo de estrellas”.

Y esto nos enseña la ciencia:

“Una misma aventura prosigue desde hace quince mil millones de años y une el universo, la vida y el hombre como capítulos de una prolongada epopeya. Una misma evolución, del Big Bang a la inteligencia, empuja en el sentido de una creciente complejidad: las primeras partículas, los átomos, las moléculas, las estrellas, las células, los organismos, los seres vivos, hasta estos curiosos animales que somos nosotros... Todos se suceden en una misma cadena, todos están arrastrados por un mismo movimiento. Descendemos de los monos y de las bacterias, pero también de los astros y de las galaxias. Los elementos que componen nuestro cuerpo son los que antaño fundaron el universo. Somos verdaderamente los hijos de las estrellas”.

Así lo expresa D. Simonet en el prefacio de *La historia más bella del mundo*, escrita por tres grandes científicos contemporáneos: el astrofísico H. Reeves, el biólogo J. De Rosnay y el paleontólogo Y. Coppens. Y en *Del universo al ser*, J.M. Pelt muestra la coherencia fundamental de este vasto sistema:

“En este breve ensayo me contentaré con llamar la atención sobre la coherencia fundamental de un proceso creador que va desde los orígenes del Universo (macrocosmo) hasta el hombre (microcosmo)... Vamos a recorrer la prodigiosa trayectoria que del Universo al hombre y del hombre a Dios (o por lo menos a la idea que de él se ha hecho) engloba en una sola línea la materia, la vida y el espíritu”.

Estos autores amplían el esquema darwiniano. Piensan la continuidad de la historia en tres actos. El primero es el comienzo, el Big Bang, hace unos catorce mil millones de años, “el famoso Big Bang, esta oscura luz que se anticipa a las estrellas” (D. Simonet). La materia se pone en movimiento y aparecen las estrellas, las galaxias, el sol, los planetas, la tierra.

Después viene el segundo acto, hace unos cuatro mil quinientos millones de años. La materia continúa su obra de transformación y ensamblaje; aparecen las primeras moléculas en la superficie de la Tierra, tras las primeras células que se agruparán en organismos y desatarán la evolución animal. Surge entonces lo viviente, la vida y la fuerza de la vida.

Más tarde el organismo animal se va a complicar hasta tornarse mono. La paleontología ha puesto de manifiesto que en nuestro árbol genealógico contamos con algunos hermosos ejemplares de monos. Nuestros antepasados conocidos más antiguos tendrían tres millones quinientos mil años: es lo que ha mostrado la hermosa Lucy, descubierta en África por Yves Coppens y su equipo. Nos obligan a ampliar nuestra concepción del ser humano, como destaca J. Arnold en *La teología después de Darwin*: “Como Copérnico y Galileo, Darwin obliga a pasar de una visión cerrada y ordenada de lo viviente a una visión, si no infinita, por lo menos marcada por la pluralidad, el desorden y a veces incluso por el absurdo... Se trata probablemente de una de las mayores dificultades que lo viviente plantea al observador humano: esta mezcla de orden y desorden, de inmovilidad y transformación, de inmutabilidad y espontaneidad”.

El cuarto acto de esta epopeya ocurre con nosotros y se caracteriza por el ascenso a una complejidad siempre mayor y a un nivel de conciencia más importante. Pero si hemos de creer a PHG, esta etapa se caracteriza también por la pérdida de las huellas de las etapas anteriores, lo que conduce a la dificultad para experimentar y a la constitución de la neurosis.

¿En qué sentido interesa todo esto al psicoterapeuta y al terapeuta gestáltico? Éste trabaja sobre el aquí y ahora y nada tiene que hacer con el esqueleto de Lucy ni con el Big Bang.

Por supuesto, trabaja con el aquí y el ahora, ¿pero qué es el aquí y el ahora? ¿De qué se compone? ¿Cómo comprender el aquí y ahora en la antropología de una forma de psicoterapia que nos habla del animal humano —y que se refiere entonces a la idea de la evolución— y se basa en la idea de la conciencia, siendo ésta una de las consecuencias de todo

este movimiento evolutivo? Los científicos nos dicen que toda nuestra historia está inscrita en nosotros, en nuestro cuerpo, en nuestras células, en el ADN. Y no sólo seríamos portadores de toda esta historia, sino de todo el potencial de conocimiento contenido en el universo. ¡Seríamos entonces un conjunto de memorias! Nuestra fisiología contiene el Tiempo, su desarrollo y el proceso evolutivo de la materia en transformación. El organismo que somos es una creación del entorno cercano, lo social, y del distante, un proceso evolutivo que ha comenzado hace quince mil millones de años...

Entonces, de inmediato, aquí y ahora, soy polvo de estrellas, soy esas primeras moléculas que han aparecido en la historia del universo, soy las primeras formas animales que han habitado el planeta Tierra, soy un australopiteco, soy un ser humano, un hombre, una mujer. Soy todo eso aquí y ahora, soy la historia desconocida, soy una de las formas que adopta la materia en este momento de la evolución y esta forma contiene el todo. ¿Por qué no considerar entonces todo esto en una forma de psicoterapia que se apoya en el concepto de “campo organismo-entorno”? Ya que PHG hacen referencia a la evolución, nos vemos obligados a redefinir tanto el organismo como el entorno.

El organismo como lugar de recuerdos

La cuestión de las memorias no es nueva y la han desarrollado varios especialistas y/o científicos:

- Según W. Reich, tenemos inscrita en el cuerpo toda nuestra historia. Más tarde ha resultado evidente que no sólo se trata de la historia inmediata, sino de la genealogía y que se puede retroceder muy lejos en el tiempo. La historia del Antepasado está inscrita en nuestro cuerpo y en nuestro funcionamiento fisiológico.
- Según el astrofísico Hubert Reeves, como ya hemos mencionado, somos polvo de estrellas, y no sólo en sentido metafórico. Llevamos en nosotros el polvo de meteoritos y esta materia lleva en sí la historia de la materia.

- Los biólogos muestran que el proceso de gestación pasa por todas las grandes fases de la evolución:

- √ un embrión humano de seis días es semejante, punto por punto, a un protozoo;
- √ un embrión de doce días se parece a un pez;
- √ a los treinta días parece un lagarto;
- √ a las nueve semanas parece un retoño de musaraña;
- √ a las dieciocho semanas no presenta ninguna diferencia con un mono bebé.

Cada ser humano recapitula de esta manera, antes de nacer, todos los episodios anteriores de la historia de la vida y de su desarrollo.

Algunas investigaciones recientes, como las del antropólogo Jérémy Narby a partir de su iniciación en el chamanismo amazónico, muestran que el ADN contiene la memoria de la humanidad y del cosmos.

Y en los hechos es efectivamente posible revivir (como me ha ocurrido) en determinadas condiciones conocidas por ejemplo por los chamanes, que son los sanadores más antiguos del mundo, la transformación de la materia en estado bruto hasta su ascenso a la forma corporal, después al ser humano y después al espíritu y en una vivencia unitaria en que materia-cuerpo-ser humano-espíritu constituyen una globalidad en interdependencia con otras globalidades; todas éstas forman un todo, el Todo, el Tao, el Holismo.

Si nos apoyamos en estas investigaciones y reflexiones que provienen de distintas disciplinas, podemos considerar que somos un conjunto de memorias que tenemos insertas en nuestro organismo, en nuestra fisiología, en lo que Francisco Varela llama “el sí mismo corporal”.

Y una vez más podemos plantearnos la pregunta: ¿en qué concierne todo esto al terapeuta gestáltico? Creo que el cuerpo, la conciencia corporal y la ampliación de la conciencia corporal podrían ser el elemento fundamental que nos permita vincular la terapia gestáltica con estas distintas disciplinas.