



PSICOANALISIS Y CREATIVIDAD.

Dr. Juan Grijalva.

Freud empezó su trabajo con modestas pretensiones. Se conformaba al principio, con el alivio o cura de síntomas histéricos. Pero a medida que avanzaban sus investigaciones se fué dando cuenta de las posibilidades de su procedimiento. Más aún despues de él, los propósitos y metas del psicoanálisis se han extendido de modo tal, que abarcan actualmente, el conocimiento de la personalidad total y el desarrollo del hombre del modo más cabal. Es decir, en sus propósitos más amplios, busca lo que los humanistas más altos de la historia, no importa en que campo hayan laborado, han buscado también.

Por desgracia, en la práctica, no siempre se entiende el psicoanálisis de tan noble manera. No es infrecuente que tanto analista como analizando se conformen con un alivio o una cura de síntomas, cuando no con un trueque de metas distorsionadas por otras no menos distorsionadas; a travez de un aumento del dinero o del poder de uno o del otro o de ambos.

Suelen ocuparse largos años en estos propósitos y mucho tiempo se pierde en el análisis e incremento de resentimientos más o menos antiguos o recientes. Por este procedimiento poca desrepresión de energías ocultas se consigue y pueden pasarse prolongados perfodos de tiempo sin que surjan los impulsos vitales aplastados, que es en lo que consiste realmente la neurosis.

En muchas ocasiones el paciente se acostumbra y aún aprende a recibir con beneplácito, las interpretaciones que el terapeuta le proporciona para excusarlo de no haber vivido. Puede aún admitir sus graves y grandes defectos de personalidad, originados en una infancia aderversa, de la que fué víctima; pero-



casi siempre comprobamos que hay algo que el paciente nunca perdona en mayor o menor grado al analista y es que éste lo confronte con sus ilimitadas potencias sin desarrollar, con sus venenos sin explorar, en suma con su irresponsabilidad ante sus enormes depósitos vitales en proceso de herrumbre por su falta de uso activo y responsable.

Esta suerte de gran traición a sí mismo, que no puede excusarse a fin de cuentas por ningún concepto y que es la fuente de toda neurosis, si no de toda enfermedad mental, suele permanecer más o menos oculta o solapada a lo largo de un buen número de análisis, mientras el tiempo se ocupa en la organización de racionalizaciones más o menos sutiles por parte del paciente y del analista, para no iniciar nunca la marcha por la vida con las energías propias que se tienen sin excusa, y que esperan indefinidamente, a veces toda la vida, su uso.

Desgraciadamente son infrecuentes los procesos psicoanalíticos en los que la cura se dirige desde el primer día, no solo a buscar explicaciones absolutas para el paciente, sino también y de modo directo, a la identificación y desrepresión de las capacidades creativas del analizando. Me parece que esto es la causa de muchos fracasos terapéuticos, pues de dónde si no, el hombre obtendrá fuerzas para la vida y para el progreso analítico, si no de su propio desarrollo vital desde el primer día, a ser posible.

Si la persona no descubre desde el principio que está enferma por no haber aprendido a generar sus propias potencias creativas y que no le bastan sus justificaciones consolatorias, el proceso analítico corre el riesgo de transformarse en una asociación de dos seres que se entregan a interminables racionalizaciones mutuas.



En cambio en los análisis que se han llevado sin perder esta mira de utilizar desde luego las propias fuerzas del paciente para su crecimiento, sin es- perar a gastar primero, años en explicaciones tranquilizantes; aparecen casi - siempre, desde un período temprano, potencias creativas de toda índole, - - - que empiezan por cambiar la relación médico-paciente de una con ilusiones y - perspectivas fantásticas, en otra con cada vez mayor realismo, respeto y afecto, cualidades que el paciente va extendiendo también al resto del mundo.

Si en el proceso analítico, al tiempo de la desrepresión de energías, se va cuidando de canalizarlas a la autorrealización en todos sentidos, la asocia- ción del analizando y del analista se va transformando en una marcha simultá- nea pero independiente hacia el despliegue de cada uno y la interfecundación y - fructificación mutua; de otro modo se corre el riesgo de integrar más bien una asociación de compinches que se ocultan o solapan excusas delictivas.

El paciente necesita descubrir desde los primeros días, que ha estado - ignorando sus riquezas, que ha estado evadiendo su utilización y que la enfer- medad le sirve como excusa. El analista debe delatar su olvido y su falta de - responsabilidad frente a sus dotes de todo orden y mientras aclara la causa de - ellos, mientras se conmueve ante los motivos que provocaron esta catástrofe, - el paciente debe ser educado en el proceso de aprender a reutilizar estas ener- gías; de otro modo no habrá curación posible, sino un acrecentamiento estéril- de resentimientos y excusas.

De ello se deriva que en el inicio de un análisis y durante todo el curso- de él, no debe ponerse solo atención a los sufrimientos y distorsiones del pa- ciente, ni regodearse en ellos solamente, sino que deberá atenderse a todo - aquello que desde la infancia y en el curso de la vida del paciente, se halla ma-

nifestado como "activo y actuante".

Todo lo que en él halla implicado acción y movimiento, vibración, entusiasmo y entrega; motivos exaltantes para vivir, razones para despertar cada mañana y saludar al día no como una nueva fuente de desesperanza y hastío, sino como una renovada ocasión de hallazgo, asombro y novedad; de ebullición y no de tedio, de vida y no de muerte. Si el analizando no ha descubierto por sí mismo ninguno de estos motivos para su existencia al momento de llegar al análisis, eso debe ser ya ocasión de preocupación para el pronóstico; pero si logra despertarlos durante el proceso terapéutico, y lo antes posible mejor, querrá decir que por fin ha encontrado un modo de despertar sus fuerzas dormidas; que el analista le ha ayudado a descubrir sus depósitos ocultos. Conducirlo a ellos es la verdadera labor del análisis. No pretenderlo al menos con toda suerte de estrategias, no merece ninguna justificación.

Conseguirlo en cambio, es cambiar un carácter más o menos pobre y estéril en otro rico y fructífero. Quizá no debiera transcurrir ninguna sesión analítica en la que no se hiciera lo posible por incitar al paciente a extraer de sí, algo de la profundidad o la alegría de la vida, el intentar el provocarle alguna forma de estallido que lo sacara del marasmo cotidiano.

Se ha dicho que lo más noble que un hombre puede hacer por otro es darle lo mejor de sí mismo, pero preferible es ayudar al otro a descubrir en él mismo sus mejores dotes ocultas.

Tal es la tarea cotidiana del analista y la de todo aquel que busque el desarrollo total del hombre. No es tarea fácil. Desnudar al hombre de sus ropajes neuróticos protectores, arrancarle sus pesadumbres autolamentatorias y justificantes, para dejarlo desnudo de racionalizaciones y totalmente solo, pe-



ro lleno de sí, de su caudal vital, es un empeño complejo.

Es además al que más se opone el hombre como individuo y como colectividad. Aunque en el fondo toda su historia parece ir dirigida a esta finalidad, la de aprender a irse despojando de sus protecciones infantiles y arcaicas, la de atreverse a renunciar a sus anhelos y temores, hasta quedarse con lo que realmente es y realizar su destino; también, sin embargo, la otra cara de su historia es la invención y acondicionamiento de toda clase de justificantes que le permitan huir de sus verdaderas fuerzas y de la realización creativa de ellas. En suma, escapar de su propio crecimiento como humano.

Bastante conocemos el destino trágico que han sufrido casi todos los grandes espíritus que intentaron desnudar al hombre de sus mentiras y racionalizaciones, para dejarlo solo frente a sí y su destino. Pareciera que el hombre está dispuesto a perdonar todo, menos el que se le arranquen sus disfraces y máscaras justificantes. Y no hay que olvidar que mucho del trabajo analítico tiene que ver con esta tarea; arrancar al hombre sus simulacros y dejarlo sin protecciones. Inerme y al mismo tiempo lleno de su potencia.

Con todo, conviene no olvidar que hay que tomar esta labor analítica más como un sencillo y cotidiano deber, casi una paciente artesanía que como una grande y petulante empresa. El psicoanalista destapa energía, no crea nada, pero a veces tiene la posibilidad de ayudar a dirigir esa energía, por caminos de desarrollo y fructificación trascendentes.

Si la enfermedad no es, a fin de cuentas, sino la represión de impulsos vitales creativos, que han sido encadenados desde temprano y substituidos por síntomas de enfermedad destructiva, la tarea es, desde luego, descubrir como este hecho desgraciado ocurrió y las fuerzas que lo hacen persistir.

Desmantelada esta estructura neurótica, el analista ha concluido una parte de su tarea, pero solo una. Le queda por realizar otra y la más importante, - la que justifica su oficio y la meta final de toda su labor, o sea, el ayudar al nacimiento o renacimiento de estos impulsos de vida que habfan permanecido aplastados y deformados y realizar la acción necesaria para su crecimiento y producción. Ambas tareas deben ser de preferencia simultáneas y no sucesivas. Muchos análisis se alargan indebidamente, cuando no fracasan del todo, por el descuido de esta estrategia terapéutica.

Probablemente el análisis ideal sería aquel que desde la primera entrevista, hiciera sentir a la persona más liberada de su sufrimiento neurótico pero también más llena de fe en su autorrealización y en sus poderes de crecimiento.

Esto no siempre es posible, pero debería ser la meta a primera vista, - de todo nuevo trabajo analítico que se inicia.

El analista no es solo el médico que está ahí para aliviar al paciente del sufrimiento de la vida. También debe ser el partero dispuesto a ayudar al nacimiento de la creatividad del seno del paciente, ya que aquel sufrimiento vital es solo el signo de que la productividad de la persona permanece nonata y como tal, envenena al organismo total.

Cada vez que se desreprime un contenido inconsciente que se ha estado expresando por dolor, odio o destructividad, debe ser canalizado por el analista - hacia alguna forma de productividad creativa, si es que este proceso no se afecta espontaneamente en el analizando.

Suele ocurrir que la energía desreprimida y desencadenada, en la terapia, puede permanecer en forma libre y elegir derroteros diversos, contradictorios y aún equivocadamente negativos. Es en estas circunstancias cuando la ac-



tividad del analista debe estar muy alerta. Importa descubrir, si es posible que energía creativa habfa sido atrapada por la represión y que capas de hostilidad y miedo la recubrfan, a fin de dar paso y estimular a la nueva fuente vital creativa. Las fuerzas de creación reprimidas por los padres y la vida social general, adoptan innumerables actitudes enfermas, que van desde el tedio apático y la existencia rutinaria y vacfa, hasta las formas más ostensibles de destructividad.

La desrepresión de impulsos vitales no siempre llevan a la realización automática y gozosa de ellos. El enfermo ha sufrido años y años de una vida distorsionada y viciosa y suele requerir una suerte de reeducación planeada y persistente. No puede negarse que hay casos en los que basta que el paciente se sienta dueño de sus capacidades desconocidas para que ello sea suficiente para hacerlo entrar de modo entusiasta y a veces arrebatador, casi dirfamos, dionisfaco, en el fuego de la existencia. Pero en otros casos aún a esta altura del análisis, el paciente parece recordar al pequeño que, desconociendo todavfa sus nuevas fuerzas, ensaya titubeante sus primeros pasos. Un analista sutil y avisado puede ayudarlo en este período a descubrir y aficionarse a su nueva marcha y a detectar su peculiar vocación para la vida.

En tales momentos el analista no está lejos del verdadero maestro, agudo, persistente e incansable, que dispondrá procedimientos de investigación y verdaderos planes de estrategia para ayudar a encontrar, nunca imponer, el sendero de cada uno de sus analizandos.

Descubierta la lápida que encubre el conflicto neurótico, tendrá que facilitar la salida de los miasmas mefficos almacenados que asfixiaban la vida y simultaneamente ayudará a exhumar con la cautela de un consumado arqueólogo

o de un minucioso geólogo, las corrientes de vida y las joyas de creatividad de cada caso. Y nunca olvidar que ambos procesos, simultáneos y difíciles, deben intentarse desde el primer día de ser posible.

El analista no es solo un perforador de fosas sépticas y pozos de podredumbre, debe ser también un excavador acucioso y metódico en busca de minas de metal noble. Un rescatador de tesoros que la enfermedad había sepultado, ya que su finalidad última es traer aquellos, desde donde se encuentran, hasta la superficie, para su realización y ejercicio.

Muchos análisis terminan donde debieran empezar, ya que muchos analistas consideran concluida su tarea cuando los síntomas del paciente se han borrado o modificado, siendo que es justamente en ese momento, cuando el verdadero análisis, el de la creatividad del individuo, debe empezar, aunque lo ideal sería, como hemos dicho, que hubiera empezado desde el primer día.

La creatividad humana a la que hemos venido refiriéndonos es infinita. Resulta difícil definirla pues abarca quizá todas las acciones que llevan hacia la exaltación de la vida. Y genera hechos internos y externos en los individuos. No solo crea quien produce un mundo nuevo fuera de él donde no había antes nada, como hace el artista, sino también crea el científico que arranca a la naturaleza sus secretos. También crea el que hace saltar dentro de sí o de los otros la chispa vibrante de la existencia, aún en sus más modestas manifestaciones.

Muchos podrán coincidir conmigo en que una de las expresiones más altas de la creatividad humana es el arte. Otra es el amor.

Quién no logra crear o recrear arte y amor es sin duda un ser dolorosamente mutilado, porque estas realizaciones conectan de algún modo con lo más



elevado de la realidad natural y del ser humano en particular.

Suele ocurrir que en el proceso del análisis, aparecen casi siempre en un período más o menos temprano o tardío, según la eficacia del mismo, potencias creativas de toda índole, pero específicamente artísticas, lo cual no es extraño si partimos del hecho de que éstas son connaturales al hombre y lo distinguen como ser superior a todas las especies. A fin de cuentas pareciera a veces que el hombre se pasa buena parte de la vida buscando migajas de belleza.

Ignoro si sería legítimo considerar que la aparición de estas capacidades artísticas en toda persona en curso de análisis, debiera ser deseable y tomarse como una señal optimista de que el proceso marcha hacia un despliegue creciente de la personalidad; pero sí pienso que un hombre que aprende a crear como artista o a recrear como espectador, lleva en sí un signo estimulante de desarrollo ulterior como ser humano. Quizá no lo es todo por supuesto, pero ello da esperanzas de que su crecimiento puede seguir quizá una marcha indefinida. Y en el análisis, como en la vida, quizá tanto se encuentra en proceso de desarrollo vital aquel que crea un poema, como el que lucha por hacer de su vida toda, un poema.