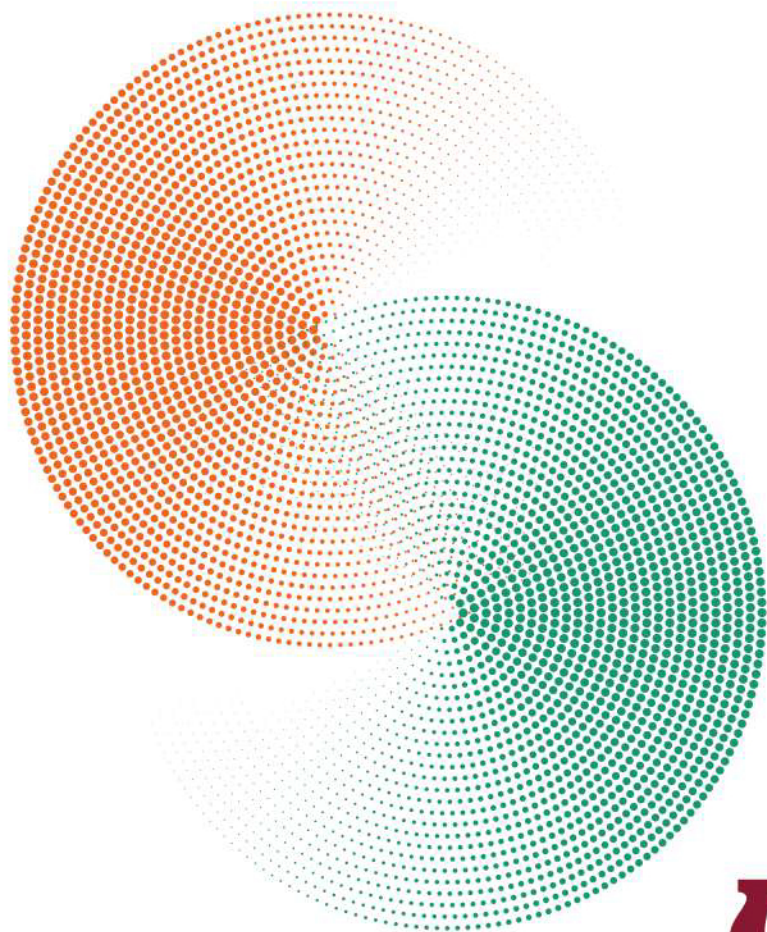


Humanismo y Psicoterapia Complexa



Octavio Huerta
María José Abad





*PSICOTERAPIA INTEGRATIVA
COMPLEXA Y HUMANISMO:*

Estudio de Caso clínico.

Felipe Octavio Huerta Torres

María José Abad Morán

2025

UNIVERSIDAD ESPÍRITU SANTO

Km. 2,5 Vía a Samborondón - Ecuador

Teléfono: (593-4) 5000950

ceninv@uees.edu.ec

www.uees.edu.ec

Autores:

Felipe Octavio Huerta Torres

María José Abad Morán

Editor:

Fernando Espinoza Fuentes

Coordinadora editorial:

Natascha Ortiz Yáñez

Cita:

(Huerta Torres & Abad Morán, 2025)

Referencia Bibliográfica:

Huerta Torres, F.O. & Abad Morán, M.J. (2025). Humanismo y Psicoterapia Compleja. Universidad Espíritu Santo - Ecuador.

Portada:

Universidad Espíritu Santo

Diseño e Impresión:

TRIBU Soluciones Integrales

Urdesa Norte Av. 2da. #315

Teléfono: (593-4) 2383926

eperalta@tribuec.net

Edición:

Primera, diciembre 2025

E-ISBN: 978-9978-25-291-8

Derechos reservados. Prohibida la reproducción parcial o total de esta obra, por cualquier medio, sin la autorización escrita de los editores.

DEDICATORIA

*A Dios, a mi familia, y a todos quienes compartimos
la vocación de servir en pro de la salud mental.*

CONTENIDO

PRÓLOGO.....	7
INTRODUCCIÓN.....	15
PRIMERA PARTE:	21
ESPIRITUALIDAD Y TEORÍA DE LA PSICOTERAPIA COMPLEXA (PIC).....	21
CAPÍTULO 1	23
EL SÍ Y EL NO.....	27
DIOS MÍTICO.....	30
CAPÍTULO 2	33
ARQUETIPOS.....	38
MUNDO ACTUAL.....	42
CAPÍTULO 3	45
EL HOMBRE: EFÍMERO Y DIVERSO.....	46
EL SÍ-MISMO.....	48
PRÁCTICAS EN TORNO AL SÍ MISMO.....	51
CAPÍTULO 4	55
DINÁMICA DE LOS TRES ELEMENTOS.....	56
EL AMOR Y LA PSICOTERAPIA COMPLEXA.....	60
SEGUNDA PARTE:	67
CASO CLÍNICO.....	67
INTRODUCCIÓN AL CASO “JIMMY”.....	69
REGISTRO DE PROCESO 1.....	80
REGISTRO DE PROCESO 2.....	88
REGISTRO DE PROCESO 3.....	93
REGISTRO DE PROCESO 4.....	99
REGISTRO DE PROCESO 5.....	107

REGISTRO DE PROCESO 6.....	115
REGISTRO DE PROCESO 7.....	121
REGISTRO DE PROCESO 8.....	127
REGISTRO DE PROCESO 9.....	135
REGISTRO DE PROCESO 10.....	140
REFLEXIONES FINALES:.....	147
REFERENCIAS.....	155

PRÓLOGO

El hombre es él, su circunstancia y mucho más. En efecto, la trascendencia de lo insignificante es eso que ni el hombre en su individualidad, ni su circunstancia en lo que posee de contingente, rinden cuentas de lo que llamamos *humano*; lo “insignificante” nos lo parece en la medida en que puede no significar nada *para* aquellos que no comprenden ese idioma, pero que puede revelarse como una puerta de entrada a universos insospechados. Es de esa forma que el pensamiento ha explorado desde hace varios miles de años eso que nos hemos dado en llamar *espíritu* y *alma*, en oposición aparente con la realidad *material* o corpórea de los seres; hoy sabemos que el misterio de tales divisiones se anida en una complejidad mucho más allá de lo que imaginábamos y, en consecuencia, pretender a una base exclusivamente material o a un horizonte anclado solamente en la espiritualidad, es un exceso cuyo precio es el ser humano mismo que se ve así zarandeado entre los dos polos, dejando fuera lo más esencial de su naturaleza. ¿Cuál es esa naturaleza que parece no dejarse encerrar en ningún modelo inventado? Se trata de un reto mayúsculo.

El término *espiritualidad* es uno de esos que disfruta, al mismo tiempo, de una reputación suficientemente laxa para poder meter todo en el mismo saco. No obstante, la espiritualidad tiene su referente directo en el espíritu humano y, de eso, el pensamiento occidental lleva hablando al menos dos mil quinientos años, desde Platón. Desgraciadamente, los mil años de la Edad Media europea, fijaron el concepto de *espíritu* en una línea que hace de la materia corporal una especie de lastre del qué deshacerse lo más pronto posible, en aras a ganar la bienaventuranza definitiva, la única merecedora del paraíso. En efecto, desde el punto de vista de la literatura generada bajo esa luz, la *metáfora* se convirtió en el trabajo de la razón, mientras que la

metonimia pasó a ser la proyección de la locura: la literatura es como la esquizofrenia, un *proceso*, no una meta, una *producción*, no una expresión. Así y todo, a lo largo de los siglos ha habido pensadores de talla que supieron plasmar la trascendencia del espíritu humano en discursos articulados que, a su vez, revelaron la artificialidad de las fronteras entre los saberes. Entre esos adalides de la espiritualidad, Franz Rosenzweig destaca como uno de los más originales y penetrantes del siglo XX, poniendo de lado cualquier crítica eventual que pudiese ser formulada en su contra. Concretamente, aún hoy en día, su pensamiento es catalogado como “teológico”, incluso “religioso”, cuando en realidad es el trabajo de un filósofo profundamente interesado en el hombre como un todo, es decir, como el que es él mismo, su circunstancia y el conjunto indefinidamente abierto de sus anhelos personales y de su sed de infinito. Eso es la trascendencia y, gracias a ella, en adelante surgen dos imposibilidades, a saber, que la idea de Dios no es pensable sin el hombre y que el ser humano tampoco es concebible sin la idea de Dios que se presenta al espíritu, independientemente de lo que cada uno pueda creer o no en total libertad: ninguna investigación o estudio, teoría o modelo tiene sentido y fundamento de existir a menos de basar su estructura en la búsqueda honesta de la verdad, en el respeto absoluto de la dignidad del hombre y en la aceptación de la evolución temporal de las realidades del mundo. Estos tres pilares epistemológicos se expresan abiertamente en teoría de la Psicoterapia Integrativa Compleja de la que este ensayo es un ejemplo y un referente.

Las cumbres de las montañas están habitadas por águilas y por serpientes; aquellos que ascienden sólo por ascender se asemejan a las serpientes y, a lo sumo, alcanzan la cumbre y ahí termina todo, pero aquellos que ascienden porque sospechan que la cumbre, la auténtica, no marca el fin de la ascensión, sino que palpita con los ojos llenos de estrellas, esos han decidido ser águilas y vuelan más allá de las cimas. La realidad humana es un claroscuro que va de lo conceptual a lo literario, como de lo actual a lo inactual, de la búsqueda de la coherencia a la asunción de las contradicciones, o incluso de la razón a la sinrazón, hasta la locura. Ciertamente, la causalidad puede ser una forma de neurosis que conduce a pensar como efecto lo que en verdad

es causa y viceversa; por ello se impone el recordar lo que decía Spinoza, *omnis determinatio negatio*, toda afirmación es una negación puesto que es imposible afirmar algo sin negar el resto y, así se concluye, un *sí* está tan lleno de *no*, como un *no* de *sí*. Sin embargo, el *sí* sigue siendo *sí* y el *no* se perpetúa como un *no*, y ninguna estadística puede explicarlo. En ese sentido, Dios nunca podrá ser un objeto de estudio para las ciencias dado que ellas sólo se interesan en los objetos estadísticamente significativos, reproducibles, como difícilmente puede serlo la psique humana y ésta no tiene más opción que la de refugiarse en un Dios mítico, míticamente único, nunca equiparable a una mentira consistente e indistinguible de la verdad determinista.

Llevaba mucha razón Pascal al decir que, si bien el cosmos envuelve al hombre por su grandeza, es el espíritu del hombre quien envuelve al cosmos por su trascendencia y la prueba de ello es que sólo el hombre es capaz, con inmensas limitaciones, de expresarse por medio de un lenguaje articulado y con ello expresar su interpretación del mundo y de sí mismo. Por *lenguaje* se debe entender cualquier manera de comunicación codificada; así, un bosque es un discurso vegetal, una danza es una alocución de movimientos corpóreos y la mirada una expresión metafísica. Sin embargo, todo código necesita de un referente inamovible para ser lo que es y cumplir cabalmente sus funciones: ese referente inamovible es el que pretende ser todo arquetipo, un original que sirve de modelo ideal invariante, el símbolo primitivo y universal, perteneciente al inconsciente colectivo, como en el pensamiento de Carl Gustav Jung quien, en la psicología analítica, fue pionero en la materia. En efecto, él fue de los primeros en relacionar el arquetipo con una forma de *a priori* de la experiencia humana, es decir, de la apercepción de la realidad como un reflejo de la estructura del cerebro humano y que condiciona los esquemas de pensamiento o de representación, de los cuales el lenguaje es una parte no despreciable. Independientemente de la evidente influencia kantiana sobre el pensamiento junguiano, el psiquiatra suizo va más allá de lo preconizado por el filósofo prusiano ya que, a diferencia de este último, el primero abre su sistema de pensamiento a un grado tal que hay lugar para la contradicción y, como lo mencionamos antes, el *sí* y el *no* no son

forzosamente mutuamente excluyentes. Esta forma de considerar un “tercer incluyente” es la semilla de la cual surge la complejidad como propiedad de lo real y no como dificultad para conocer.

Pierre Maine de Biran, en su psicología de la subjetividad, había planteado una pregunta poco usual para el siglo XVIII, a saber, sobre lo que sucede en la experiencia táctil; el sujeto humano puede tocarlo todo, incluso a sí mismo, pero, en ese momento, ¿qué sucede? Es el punto de partida de la fenomenología del cuerpo y de su filosofía: solamente la inmanencia absoluta puede aportar la respuesta adecuada y la trascendencia la corona no como una consecuencia, sino desde la inmanencia misma. El cuerpo, entonces, deviene saber, memoria y hábito absolutos, los presupuestos necesarios para la elaboración de una fenomenología del ego, de una problemática relativa al cuerpo y, finalmente, el estudio de sus consecuencias prácticas (Michel Henry). Estos conceptos que parecen apuntar exclusivamente a una epistemología del ego son, empero, la puerta de entrada a lo único esencial en la temporalidad del ser humano, el amor. Ciertamente más de uno podría cuestionarse acerca de la pertinencia del amor, como tal, en un estudio de esta naturaleza; pues bien, el amor es *de facto* el término más preciso que se puede evocar en las relaciones entre el alma, el espíritu y el cuerpo, entre los cuerpos y entre el hombre, el mundo y Dios.

En el infinito de las posibilidades del amor, una de las más sorprendentes y esenciales es la del conocimiento del otro, esto es, de la osadía que consiste en tender la mano hacia la alteridad con el fin de asistirle en el conocimiento de sí mismo, de sus riquezas y de sus miserias, del poder y de la precariedad de su metafísica. Esa asistencia, si el amor está presente, nunca se lleva a cabo con un aire de superioridad, sino con la convicción fraterna de ver en el otro, un *otro yo*, o incluso a *yo mismo*, la comprensión es a ese precio. El acercamiento hacia la alteridad es de esa forma asintótica de aproximarse, esto es, de ser *prójimo*, un campo de tal amplitud que sólo nos queda la posibilidad de aprehenderlo por medio del recurso a los ejemplos concretos que, en nuestro contexto, se refieren a casos clínicos precisos.

¿En dónde comienza el hombre a ser hombre? ¿Cuál es la frontera entre su *yo* y su *no-yo*? ¿Puede acaso una microscópica película de queratina en la epidermis marcar el borde entre la interioridad y la exterioridad de un ser humano? ¿Cómo leer el libro del hombre, sin páginas? ¿Qué hermoso sería leer el libro completo! No únicamente el libro, la enciclopedia del mundo, sino ese tomo muy particular que soy yo, que es cada ser humano. Esa es la aspiración más elevada, el conocimiento de sí mismo y del otro como sí mismo, que es el pan con el que se acompañan todos los alimentos y los manjares más delicados de la existencia. La interioridad es el viaje profundo no ya a una estrella lejana, sino al punto de partida; es el derrotero tachonado de fuentes en dónde calmar la sed. Es una realidad cuando se traslada el centro desde los problemas que no puedo resolver, hasta una visión más elevada de comprensión del por qué. Sin embargo, este recorrido también tiene obstáculos, a saber, el miedo al futuro y las lamentaciones por el pasado; se debe vencer al veneno de la envidia, la ofuscación de la impaciencia, los callejones sin salida de la terquedad y los puentes esclerosados y quebradizos de la rigidez. Así es y, como en la marcha, cada paso arriesga la caída y muere para dar pie al siguiente paso, no para llegar sino para seguir caminando.

El dolor primordial de las cosas en el mundo nos debe llevar a descubrir que no hay nada que pueda ser llamado *insignificante*, sin valor, sin algún tipo de mensaje para nuestro entendimiento. Cuando me pregunto acerca de ello, mi conciencia me empuja a reconocer que yo también formo parte de la totalidad; en realidad, son los actos sencillos los que transforman mi vida y mi mundo. El terapeuta y su paciente se encuentran en la solidaridad del tejido humano, en la búsqueda del sentido de las acciones existenciales. La búsqueda consciente de la salud es uno de esos actos; tomarla en serio es ya convertirse en un libertador, es ya haber transformado al universo entero en mi persona, que es parte de él. Las miras de la Psicoterapia Complexa no pueden encontrarse más abajo que eso, porque es en lo interno en donde se tienden la mano la inmanencia y la trascendencia.

Al final queda que, no sabiendo con certeza a dónde nos dirigimos, seguimos buscando, porque la vocación existencial del hombre es la búsqueda y los hallazgos, cuando se dan, sólo deben ser acicate para continuar buscando. ¿Qué entra en juego para acercarse a la meta? Todo, simplemente todo, porque el servicio no acepta menos que la totalidad de la entrega y es precisamente en la interioridad en donde se hace impensable aislar una parte respecto del resto: la verdadera complejidad de lo vivo proviene de que se está permanentemente al borde del caos, sin caer en él. Los riesgos son enormes, ni duda cabe, pero los beneficios obtenidos son aún mayores: en cierto sentido, podríamos decir que en cada paso perdemos el horizonte y que mientras más creemos comprender las lógicas de los problemas, menos logramos lo que anhelábamos. La plétora de posibilidades anunciadas por lo vivo termina por remitirnos al mundo de lo inanimado, de la física y de la química y, ahí también, la insuficiencia es la regla... Entonces, ¿tendremos que levantar los hombros en señal de impotencia y derrota? Desde luego que no, porque a la vida no se le vence, más bien se le asume como el hecho irreversible que hoy nos mantiene en el mundo y mañana... No sabemos. El único camino que garantiza algo es el de la interiorización, para lanzar una y otra vez, tantas veces como sea posible y necesario, el movimiento de la existencia humana en el mundo. El presente ensayo es un esfuerzo muy valioso por rebasar toda forma de determinismo y aspira, a la vez, al conocimiento del otro con sus problemas y al servicio primordial del amor como responsabilidad eterna.

La idea fuerte de la existencia se resume en el mantenimiento de la subjetividad humana (y la dimensión de interioridad que abre) como absoluta, separada, permaneciendo al borde del ser objetivo; pero también en defender paradójicamente la posición irreducible del sujeto contra el idealismo que le había, sin embargo, conferido un rango filosófico, a partir de una experiencia prefilosófica. El idealismo iba hasta el extremo de reducir al hombre a un punto desencarnado e impasible, y su interioridad a la eternidad de un acto lógico, haciendo absorber al sujeto humano por el Ser que este sujeto develaba. El idealismo pretendía que el desenvolvimiento del Ser por

el pensamiento permitía al sujeto “saltarse” a sí mismo y entregar a la razón sus últimos secretos. Todo ocurría como en el caso del pintor que al acabar su obra se encontraba incluido en ella, y estaba así transportado a un mundo que él había creado. Lo humano en la Psicoterapia Complexa me prohíbe ejercer esta responsabilidad como obediencia incondicional dentro de un orden jerárquico, pues aquel mismo que me da las órdenes, es de quien soy responsable.

Alexandre S.F. de Pomposo

Formerie, Francia, julio de 2025

INTRODUCCIÓN

En este texto se aborda la Psicoterapia Integrativa Compleja (PIC)¹, en cuanto a su relación con el humanismo y la espiritualidad. A lo largo de la historia de la psicología, han existido destacados teóricos que incluyeron lo trascendente en sus terapias y revalorizaron este aspecto, entre ellos: Jung (1933) enfatizando sobre la individuación y los arquetipos como conexión con lo trascendental; Maslow (1964) quien relaciona la autorrealización con experiencias cumbre; Rogers (1961) desde la autenticidad como vía espiritual; Frankl (1999) vinculando a la espiritualidad con la búsqueda de sentido; y Yalom (2008) quien liga lo existencial con la libertad y la responsabilidad. A los que se suma Jacob Moreno (1953) que, desde la terapia grupal y el psicodrama, fue promotor de una visión humanista que enfatiza en la espontaneidad, la creatividad y la conexión interpersonal como caminos de transformación.

A pesar de las mencionadas contribuciones en el campo de la psicoterapia, su práctica ha estado principalmente limitada al tratamiento de síntomas y trastornos mentales, dejando en un segundo plano los enfoques que integran la dimensión espiritual. Así, con el paso del tiempo, la búsqueda de objetividad y rigor metodológico ha llevado a una exclusión casi sistemática de estos aspectos, al considerarlos ajenos al marco epistemológico tradicional de la ciencia. (Núñez et al., 2007). Asimismo, en los casos en los que se ha intentado incorporar lo espiritual, esto ha ocurrido dentro de paradigmas clásicos que limitan su exploración libre y profunda, reduciéndolo a categorías y metodologías que no siempre abarcan la complejidad inherente de estos fenómenos. De este modo, persiste una dicotomía: por un lado, la

¹ Véase “Huerta, O. (2024). *La Psicoterapia Integrativa Compleja: Rutas para su práctica y estudio de caso clínico*”. Universidad UEES.

psicología que ha evitado integrar la dimensión espiritual en su práctica, y por otro, la que sí lo ha hecho, pero desde una perspectiva que restringe su alcance a los criterios tradicionales de validación científica. Esta tendencia reduccionista limita la posibilidad de una comprensión más ampliada de la salud mental y del bienestar humano.

Las terapias de tercera generación son un ejemplo de esto último, al intentar integrar elementos como la aceptación y la atención plena bajo estructuras epistemológicas que, si bien aportan rigor metodológico, también limitan la exploración de estos fenómenos subjetivos al restringirlos a criterios cuantificables. (Seguí-Dolz & Olivé-Horts, 2012).

A pesar de ello, lo anterior da cuenta de que, aunque los fenómenos no tangibles representan un desafío para la investigación debido a su naturaleza multifacética, cada vez más terapeutas reconocen la necesidad de incorporar esta dimensión en la comprensión del bienestar humano. Estudios recientes dan luces de cómo lo trascendente resulta una herramienta poderosa para la psicología. Así, al ayudar a los pacientes a explorar y comprender su propia espiritualidad, los terapeutas ofrecen nuevas vías de autoconocimiento y autodescubrimiento que pueden conducir a una mayor salud mental (Corneille y Luke, 2021; Currier et al., 2024; Saad, et al., 2022; Sargeant y Yoxall, 2023).

La psicoterapia Integrativa Compleja PIC, fundamentada en el paradigma de la complejidad, propone una aproximación integradora retomando y ampliando varios de los aspectos trabajados por el humanismo. Pero, además, este modelo concibe que la salud mental no puede ser comprendida exclusivamente a través de epistemologías reduccionistas, sino que emerge de la interacción dinámica de múltiples áreas —biológicas, psicológicas, sociales y espirituales— que se manifiestan de manera no lineal e impredecible. Al alejarse de las limitaciones impuestas por los paradigmas clásicos de investigación, la PIC permite una exploración más libre y profunda de la subjetividad, favoreciendo un abordaje flexible y adaptativo que enriquece la práctica clínica y amplía su alcance teórico.

La PIC, reconoce y valora lo espiritual en cada ser humano y, por ende, en la relación terapéutica. Por tanto, considera que la atención que merece este aspecto es indispensable, pues de lo contrario se estaría limitando el bienestar de los pacientes y sería difícil encontrar genuinos procesos de desarrollo psicológico. Frankl (1999) ya advertía que el ser humano es, en esencia, un buscador de sentido. Siguiendo los ejes de la PIC, el acercamiento a este espectro se aborda desde un paradigma complejo que implica, entre otras cosas, explorar la espiritualidad a través de: la conexión con lo divino, el sentido de pertenencia a algo más grande que uno mismo y la búsqueda de un propósito más elevado. Además, la complejidad refiere múltiples caminos para llegar a la consecución de un objetivo, por ello, se entiende al recorrido espiritualidad como no ceñido a la religión, sino también a través de un sin número de experiencias subjetivas alineadas con lo trascendente. Tal como lo supo expresar la pionera psiquiatra humanista Nise da Silveira (citado en Menéndez, 2020) “Hay 10.000 maneras de ocuparse en la vida y de pertenecer a su época, hay 10 mil maneras de pertenecer a la vida y luchar por su época”.

En cuanto a su forma, el presente escrito se desarrollará a partir de los tres elementos estudiados por la filosofía clásica: hombre, mundo y Dios. (Rosenzweig, 1997). Estos son centrales debido a sus características únicas desde las cuales es posible acceder a una visión más real del sujeto complejo que conlleva tanto su comprensión parcial como su relación con lo trascendente y lo social.

Conviene aclarar aquí, que se concibe al hombre más allá de las categorizaciones, precisamente porque su carácter irrepetible siempre lo desprende, parcialmente, del mundo y de Dios. En esta línea, aunque se entrelazan, cada elemento posee características esenciales, por lo que es necesario acercarse a ellos mediante la distinción de cada uno, la conjunción que no descuida las relaciones entre ellos y la implicación que reconoce al investigador como parte activa en el proceso (Carrizo et al., 2003).

Asimismo, se hará referencia a los aportes teóricos provenientes de la psicología humanista y, particularmente, de los conceptos de Carl Jung

(1875-1961). En este recorrido surgen diversos puntos de encuentro entre teorías, destacándose el concepto de sí mismo, clave para la comprensión del ser humano. Al respecto, es conocida la importancia que este psicólogo suizo dio al sí mismo, considerándolo el arquetipo central de la psique. Este entendimiento de la psicología es el que logra reconocer los aspectos luminosos en el inconsciente del hombre y en sus creaciones que se relacionan, a su vez, con lo planteado por el filósofo y teólogo alemán Franz Rosenzweig (1886-1929).

Como se verá, los paralelismos que se evidencian en las obras de estos autores tanto con el paradigma de la complejidad como con la Psicoterapia Compleja, se complementan armónicamente. En el caso de la psicología junguiana, esto resulta comprensible si se parte del hecho de que, tanto para su creador como muchos de sus seguidores actuales, esta también es denominada: «psicología compleja». Cabe recordar, además, que los trabajos de Jung poseen una base integradora, siendo el concepto de complejo un factor preponderante para su teoría. En el caso de la obra de Rosenzweig, el paradigma complejo destaca por su marcada intención de generar un entretejido armónico entre los principales elementos estudiados en su obra, sin perder atención a la esencia de estos. En palabras del propio Rosenzweig (2005), su desarrollo teórico "...no es en absoluto un libro religioso, tampoco tiene la pretensión de ser una filosofía de la religión. (...) Antes bien, es meramente un sistema de filosofía". (P. 14).

Igualmente, dentro del estudio de los aspectos trascendentes se integra y profundiza sobre la noción de amor, siempre destacada por los enfoques humanistas. Para la PIC, es igualmente entendida como componente indispensable para su práctica, dado que sin amor el sujeto queda viciado en su yo, cerrando sus puertas hacia un crecimiento integral.

De acuerdo con lo mencionado, este recorrido teórico/práctico tiene como finalidad comprender algunos principios cruciales de los modelos humanistas con relación a la espiritualidad y su importancia para el ejercicio de una Psicoterapia Integrativa Compleja. Este abordaje procura que los psicólogos

posean fundamentos teóricos para guiar a sus pacientes hacia la salud mental, mediante la liberación de conflictos psicológicos que les impidan: desarrollar su yo a través del otro, unirse al mundo sin perder su esencia y acercarse a su espiritualidad por la vía del amor.

Finalmente, a manera de complemento a lo desarrollado en los primeros cuatro capítulos de este libro, se realizará el análisis de un caso clínico que ilustra cómo un paciente puede beneficiarse de un enfoque integral desde una mirada compleja de la realidad que involucra el amor.

PRIMERA PARTE:

**ESPIRITUALIDAD Y TEORÍA DE LA PSICOTERAPIA
COMPLEXA (PIC).**

CAPÍTULO 1

En esta sección se abordan reflexiones sobre la presencia de Dios en la vida humana, así como en el desarrollo personal y espiritual. Desde un paradigma complejo que entrelaza la propuesta filosófica de Rosenzweig y la perspectiva humanista, se muestra la forma en que el reconocimiento de la existencia divina no solo puede liberar al ser humano de la ilusión de control absoluto, sino también integrarlo en un proceso de autoconocimiento y aceptación de sus propias limitaciones. Este camino hacia lo espiritual se presenta como un sendero que trasciende lo exclusivamente religioso, extendiéndose a acciones cotidianas que promuevan el bienestar y la elevación del espíritu.

A través del análisis psicológico, siguiendo a Jung, se enfatiza la importancia de explorar los aspectos más profundos del inconsciente para evitar proyectar deseos egoístas disfrazados de amor hacia otros. A su vez, se subraya la necesidad de un amor genuino y desinteresado que parte de la aceptación plena de uno mismo, pilar de la corriente humanista.

También se explora la idea de Dios desde diversas perspectivas, planteándose una visión que destaca Su presencia constante y amorosa que, además, supera las limitaciones humanas y es guía para el desarrollo personal. Se analiza cómo los conflictos psicológicos suelen ser obstáculos para el reconocimiento de lo espiritual, hecho que conlleva a que el sujeto infravalore u olvide sus formas de conectarse con lo trascendente. Desde el paradigma de la complejidad, la Psicoterapia integrativa Compleja (PIC), busca facilitar el descubrimiento y la revalorización de estos recursos internos del paciente que son potentes vías para su bienestar psicológico.

Finalmente, se invita a considerar una relación con lo espiritual no solo desde los rituales y procesos institucionales, sino también desde el encuentro con el sí mismo y la interacción bondadosa con los otros, reconociéndose al

amor divino como incondicional e independiente de los actos humanos. Este apartado invita hacia la construcción de una psicoterapia que promueva la acción consciente y armónica con lo trascendente, en detrimento tanto del exceso de análisis paralizante como de la automatización que impiden una genuina conexión.

DIOS: INMORTAL E INCONDICIONADO

Desde la filosofía Rosenzweig (1997) afirma que, en principio, no se sabe nada de Dios, y aclara que sí es posible la nada en cuanto a saber. Pero este no saber nada, lejos de ser un fin, representa un inicio hacia el entendimiento:

«...nuestra meta no es ningún concepto negativo, sino, por el contrario, uno positivo en el más alto grado. Buscamos a Dios, como luego buscaremos al mundo y al hombre, justamente no en el interior de uno todo uno y universal, como se busca un concepto entre otros...». (P. 63).

En este orden de ideas, la parcialidad del saber se aplica tanto a la imposibilidad de conocer todo acerca de Dios como del hombre o del mundo. Siendo así, para acercarse al entendimiento de la espiritualidad habría que regirse por una nueva forma de pensar. Esta alternativa de pensamiento debe evitar invadir con lo mundano o lo filosófico el terreno de lo divino, y buscar a Dios por sí mismo, plenamente independiente y en su absoluta efectividad. Una aproximación que se inicia con la fe en su existencia y que, únicamente a partir de ella, emprende el camino en busca de su encuentro. Similarmente para el humanismo: “Se debe estar consciente no sólo de las posibilidades divinas que uno encierra, sino también de las limitaciones humanas existenciales. Se debe ser capaz simultáneamente de reírse de uno mismo y de todas las pretensiones humanas”. (Maslow, 1990, p. 52)

Para preguntarse sobre Dios es necesario incluir a la acción, un hecho que rompe con la idea de la nada. Esta búsqueda de lo espiritual es posible si se

sigue el rastro de Dios, es decir, aprender a reconocer sus manifestaciones en el día a día, puesto que su origen solo puede fundamentarse en la fe. «Estamos, pues, viendo la nada ...como algo que se puede alcanzar por varios y opuestos caminos». (Rosenzweig, 1997, p. 65).

En palabras de Santo Tomás de Aquino en *Boethium de Trinitate*, II, 2, 4, 23:

«El mundo y el hombre dan testimonio de que no tienen en sí mismos ni su primer principio ni su fin último, sino que participan de Aquel que es el Ser en sí, sin origen y sin fin. Así, por estas diversas «vías», el hombre puede acceder al conocimiento de la existencia de una realidad que es la causa primera y el fin último de todo, a la que todos llaman Dios».

Son muchos los indicios que dan cuenta de la existencia de Dios, aunque el acercamiento del hombre hacia Él está ineludiblemente marcado por sus propias limitaciones. Independientemente de lo anterior, Dios siempre está presente: *Vocatus atque non vocatus Deus aderit* ². El acto de reconocer la presencia de Dios en el día a día es liberador para el hombre, puesto que le permite ser consciente de que no todo está bajo su control. Asimismo, como se verá, hay una parte del desarrollo psicológico en pro de un bienestar que solo se puede recorrer ligado a lo espiritual.

La espiritualidad no está obligatoriamente condicionada a lo religioso. Así, por ejemplo, se puede ser espiritual mediante acciones cotidianas que eleven el espíritu y favorezcan a los demás. Favorecer a los otros, más precisamente, amar a los otros, es algo que debe entenderse cuidadosamente. Dado que si se pretende amar sin saber previamente quién se es, existe una probabilidad elevada de que ese llamado «amor» no genere el bien que se cree o quiere. Aquel que desconoce sus propias limitaciones estará parcialmente ciego.

² Esta frase “Invocado o no invocado Dios está presente”, a la que Jung hace referencia en sus escritos, se encuentra en el libro de *Erasmus, Collectaneas adagiorum*. Allí se recogen proverbios clásicos y, entre ellos, esta frase, que procedía del oráculo de Delfos, en una respuesta que había dado a los espartanos con ocasión de la Guerra del Peloponeso.

Así como, quien no ha atravesado el infierno de sus pasiones no las habrá superado. (Jung, 2004). El no trabajar sobre aquellos aspectos psicológicos que yacen en nuestro inconsciente posiblemente hará que se proyecten los propios deseos en el otro, borrando partes de este último, convirtiéndose en un falso amor que encubre egoísmo. Cómo se verá en otro capítulo, la humanidad ha sufrido y sigue sufriendo muchos daños en nombre del «amor», llevados a cabo en muchos casos sin siquiera conciencia de lo que impulsa realmente al acto. *Homo homini lupus*³.

Para la PIC, la psique se entiende como un sistema complejo, y como tal, según seguimos a Morin (2005), encontramos en este una dinámica de interacciones organizadas hacia una finalidad que otorgue sentido. Además, se respeta la complementariedad de sus elementos y se revaloriza la presencia enriquecedora de la incertidumbre y el error. Esto resulta similar a lo propuesto en la psicología junguiana en cuanto al valor de la dinámica que se produce en la relación terapéutica dentro del psiquismo, así como en la movilidad de sus arquetipos (Jung, 2006).

En el descubrimiento interno es posible hallar la presencia de Dios. Al amarse el sujeto, incorporando sus errores y limitaciones, amplía sus niveles de consciencia facilitándose la aceptación y el amor hacia el otro. Es decir, aceptarse y amarse también desde los propios errores para poder trabajar y mejorar es el primer acto de amor, que se concibe como un prerrequisito para realmente amar a los demás. Solo se puede dar lo que se tiene. Para ello, Jung (2004) indica que es indispensable integrar en la conciencia la sombra. Su concepto de la sombra merece un análisis cuidadoso, dado que integrarla es un proceso psicológico que implica reconocer, aceptar y, en última instancia, integrar a la conciencia las partes ocultas, reprimidas o negadas de la personalidad. Al hacerlo, el individuo se torna más íntegro y auténtico, lo que a su vez lo relaciona más genuinamente con los otros. Para Maslow (2016) el acceso del hombre hacia una vida espiritual requiere de trascendencia, estado máximo al que denomina -la autorrealización-: «la autorrealización implica necesariamente ambas cosas: contemplación y acción». (P. 151)

³ *Traduce*. Hombre, lobo del hombre.

En esta línea, la PIC se basa en la premisa de que al aceptar y trabajar con aquellas partes de la personalidad que generalmente se tiende a ignorar o rechazar, es posible ampliar la conciencia y ayudar a que el sistema complejo-psique- funcione de forma más armoniosa, tanto internamente como en relación con los otros. De este modo, explorar profundamente el propio ser, a través de la PIC podría facultar la vivencia espiritual plena. Recordando que la mejor manera de acercarse a Dios es accionando, esto es: amando al prójimo ⁴. Dios siempre está presente para guiar y apoyar al ser humano en su proceso de desarrollo personal, y es la ayuda necesaria para superar los complejos psíquicos que pueden estar afectando la mente. En otros términos, la PIC integra en su práctica a lo trascendente, y pretende liberar de aquellos impedimentos psicológicos que dificultan experimentar la presencia de Dios con mayor claridad. Un Dios incondicional.

EL SÍ Y EL NO

El Sí es originario, así como primitivo. El No, en cambio, es esencialmente primitivo, ya que depende del Sí o de la nada. «El No es tan primitivo como el Sí: no presupone el Sí. Tal supuesto lo establece, es verdad, el No aislado y derivado; pero el primitivo No presupone sino la nada». (Rosenzweig, 1997, p. 68).

La cita anterior da cuenta del equívoco del hombre al hablar de una nada absoluta, puesto que de esta nada ha de emanar un sí que le permite existir. En otras palabras, se origina de la afirmación implícita: «sí hay una nada». Por ello, se sugiere que la existencia de la nada debería ser pensada como nada del saber. «...no como oscuro fundamento, no como abismo de la divinidad, sino como punto de partida del pensamiento sobre Dios, como lugar del planteamiento del problema». (ibid.).

En esta obra, el Sí y el No lejos de entenderse como opuestos, se plantean como complementos que surgen al unísono y se relacionan constantemente.

⁴ *Dios es amor*, tomado de la primera epístola de San Juan

«No se trata de un combate entre dos, sino entre uno. La nada se niega a sí misma. Es en la autonegación donde surge de sí lo otro, el adversario. Y en el instante de este surgimiento, el No queda liberado del enlace auto negador con la nada; se torna libre... y primitivo No». (Rosenzweig, 1997, p. 69).

En cuanto al comienzo de la búsqueda de algo, hecho que rompe con la existencia de la nada, surge el Sí como originario. Debido a que el nacimiento del No se produce al indicar la negación, No-Nada, producida por el: Sí hay algo. A pesar del carácter originario del Sí, existe también una relación estrecha, tanto en el comienzo del Sí como en el del No. Para ejemplificar, en una oración el Sí se parece al sujeto y el No al predicado. El No se encarga de decir: “Así y no de otro modo”, por lo que genera, de alguna manera, diferenciación y necesita de ese algo que lo antecede para cobrar sentido. El Sí, en cambio, representa la infinita libertad divina (Rosenzweig, 1997).

De esta forma, se reflexiona sobre la libertad de Dios, nacida de la negación de la nada y que es independiente de otro. En otras palabras, Dios, libremente, da cuenta de la existencia de algo. Y esta, al provenir de una fuente inagotable e infinita, es más bien una libertad divina. Al respecto, el autor menciona: «La libertad se dirige a lo infinito. Como libertad es finita, pero en tanto que se dirige a un infinito, es poder, poder infinito...». (Rosenzweig, 1997, p. 70).

De este modo, se observa la presencia de Dios en el origen. Desde este sentido espiritual, el hombre que no está desamparado ante una nada que amenaza constantemente con devorarlo. La muerte latente en el día a día, en la que se aguarda inconscientemente su llegada, no resulta terrible si se es consciente de la presencia de Dios en todo momento. Dios, que, más allá de las acciones del ser humano, existe como una luz originaria que habita en el interior de cada ser, aunque en ocasiones no exista conciencia de ello. «¿No saben que ustedes son templo de Dios y que el Espíritu de Dios habita en ustedes?» (1 Corintios 3:16).

Desde esta perspectiva, la humanidad tampoco está indefensa ante la presencia eterna de la nada, porque desde siempre hay algo que nos acompaña. Ese algo puede surgir incluso a partir del desconocimiento de lo divino, porque aún para negarlo, este debe de existir previamente. Así, aunque Dios es infinito y trascendente, también es parte del hombre y del mundo, y se relaciona amorosamente con ellos. Siguiendo a Catz (2019), hay que pensarlo como algo infinito y omnipotente. Si no lo pudiera todo, no sería la idea de Dios, sino a lo sumo un semidiós o un superhombre. Y si se pensara que “Dios es todo, pero no puede nada”, la idea ya no se correspondería con Él, sino con el mundo.

En psicoterapia también lo espiritual está presente en cada paciente y en cada psicólogo. Está presente y relacionado desde el amor. Siendo así, sería natural el incorporar en el trabajo psicoterapéutico el descubrimiento del sentido de trascendencia que, puede hallarse distorsionado u oculto a la consciencia. A pesar de esta dificultad, es habitual que en el diálogo clínico aparezcan en la memoria del paciente recuerdos sobre aquellos momentos o revelaciones que lo llevaron, a veces solo momentáneamente, a una sensación de acercamiento con lo divino. A esto último, después de muchas investigaciones en el campo de la psicología, Maslow (1964) lo denominó: -experiencias cumbre-:

«Desde el punto de vista del que alcanza -la experiencia cumbre-, cada persona tiene su propia religión privada, que desarrolla a partir de sus propias revelaciones ... que pueden tener el significado más profundo para él personalmente y, sin embargo...no tener significado para nadie más. Pero, para decirlo de manera más sencilla, cada -persona que alcanza la cumbre- descubre, desarrolla y conserva su propia religión». (P. 38)

La espiritualidad resulta de ese encuentro tan íntimo entre lo que se es y lo que se hace para trascender el mundo físico. Momentos artísticos, momentos religiosos, momentos de amor, momentos de dedicación a algo, hechos que sobrepasan la individualidad e involucran bondadosamente a los demás.

Rememorar estos eventos en terapia permite recuperar recursos que yacen en el interior para devolverles su legítimo valor, muchas veces después de años en el aparente olvido o distorsión. Por tanto, no se trata de creer en lo divino, sino de lograr reconocer y vivir su presencia, dado que siempre ha existido en el interior del ser.

DIOS MÍTICO

En este punto, resulta útil considerar las formas en que las religiones han buscado acercar al hombre a lo divino. En algunas tradiciones, se entiende que para alcanzar Su amor es indispensable esforzarse y/o sacrificarse. Para Maslow (1990):

«Las nociones occidentales del dios de la venganza y de la ira en contra del dios del amor indican que nuestros propios documentos religiosos están compuestos por una especie de mezcla de lo que podría llamarse una religión segura y una religión insegura». (Maslow, 1990, p. 201-202).

Desde algunas perspectivas, se podría interpretar que Dios desempeña un papel pasivo en relación con la humanidad. En consecuencia, el amor de Dios solo se recibiría en la medida en que se cumplan ciertos requisitos indicados por la religión. Esto podría llevar a las personas a enfocarse demasiado en reglas y limitar su capacidad de vincularse con lo divino de manera más auténtica y abierta. Es indispensable recordar que es exclusivamente Dios quien posee esa omnipotencia que, encerrada en sí misma, es esencia infinita.

Al otro extremo, se haya algo similar a la concepción de los dioses de la antigüedad, que solo vivían en sus propias sociedades, autosuficientes, aunque se enlazaban secundariamente con el hombre y con el mundo:

«Es verdad que intervienen en el mundo de lo viviente, pero no lo gobiernan... El mundo de los dioses permanece siendo siempre un

mundo para sí, incluso cuando ellos engloban el mundo entero». (Rosenzweig, 1997, p. 73-74).

Así, aunque es deseable que el hombre busque siempre amar a Dios, esto no significa que lo divino esté condicionado ante sus actos. Más bien, es importante ser conscientes de que el amor de Dios es infinito y autónomo. Su existencia no depende de nada más y Su amor hacia la humanidad es inmutable. Asimismo, si dejara de ser Dios, dejaría de amar, pero Su naturaleza divina es constante y eterna. Su amor es apasionado e indestructible. A pesar de las faltas y los errores del hombre, Dios sigue amándolo, porque habita en él. Tal como se expresa en Romanos 8:38-39: “Porque estoy convencido de que ni la muerte ni la vida, ni ángeles ni demonios, ni lo presente ni lo por venir, ni poderes, ni lo alto ni lo profundo, ni cosa alguna en toda la creación podrá separarnos del amor de Dios que es en Cristo Jesús nuestro Señor”. (Biblia, 1999).

Para Rosenzweig (1997), lo espiritual no puede regirse según los códigos del mundo o del hombre, porque está más allá de ellos, más allá de los límites de lo físico. Por ello, un acercamiento más real puede darse a partir de un entendimiento del Dios metafísico. Así, se abre la posibilidad de una aproximación fundamentada en el acto, que permita empezar a comprender a Dios y a Su lazo con el mundo y el hombre.

Es en el acto de amar donde se religa, es decir, donde se vuelve a juntar desde otra perspectiva el hombre con lo divino. Esto es, no somos lo que pensamos o sentimos, tanto como lo que hacemos ⁵. Axioma aplicable al hombre y su psicología, que bien entendido puede ser fuente de liberación sanadora, como se verá más adelante.

Aunque reflexionar es fundamento para una psicoterapia compleja, su cara negativa aparece prontamente si no se acompaña de la acción. Al respecto, el fenómeno de la parálisis por análisis es ampliamente estudiado en el terreno de la psicología. Barry Schwartz, en su obra “The Paradox

⁵ *Por sus frutos los conoceréis.* La frase que se encuentra en el capítulo 7, versículo 20 del Evangelio de Mateo.

of Choice”, sostiene que el contemplar demasiadas opciones puede llevar a la parálisis por análisis y a la insatisfacción con las decisiones tomadas (Schwartz, 2004). Estudios más recientes han explorado cómo la sobrecarga de información en la era digital contribuye a este fenómeno, destacando que el exceso de alternativas y la constante búsqueda de la perfección pueden paralizar la toma de acción (Lieder et al., 2019; Scheibehenne et al., 2020).

Pensar en exceso suele ser un obstáculo para el obrar que genera frustración y afianza el miedo a avanzar. Por el contrario, no reflexionar conduce a una automatización que puede cegar y conducir peligrosamente hacia el abismo. En esta línea para Maslow (2016) el mayor peligro radica, pues, en que el conocimiento sea incompatible con la acción.

Siendo así, la PIC fomenta el desarrollo de un pensamiento complejo (Morin, 2005) que permita evidenciar y entender cómo algo que, a primera vista parece opuesto, en realidad es complemento. Asimismo, por medio de la amplitud de la conciencia se pretende evitar los extremismos que generan rigidez, para ir en búsqueda de la armonía y la flexibilidad.

CAPÍTULO 2

Continuando con perspectivas del campo de lo filosófico, psicológico, social y espiritual, principalmente desde Rosenzweig, Jung, Maslow y Morin, se inicia repensando en qué forma los enfoques tradicionales podrían limitar la investigación humana según construcciones jerárquicas sobre las ideas de hombre-mundo-Dios. Como parte de esta exploración, se analizará la idea de un todo absoluto y sobre el concepto de la nada, abogando por una realidad compuesta de muchos «algos», cada uno de los cuales revela solo una faceta del todo. Así, se propone una nueva orientación que evite priorizar un elemento sobre otros, con el objetivo de lograr una comprensión más integrada y compleja.

Asimismo, se examinan aspectos fundamentales sobre la naturaleza del conocimiento, la individualidad frente a la colectividad y el papel del arte como expresión única y universal. Aquí el arte se concibe como una expresión original que une lo individual y lo colectivo, y ofrece perspectivas sobre verdades humanas profundas que van más allá del alcance de la racionalidad. Posteriormente, se revisa y vincula el concepto de arquetipo de Jung, enfatizándose cómo los símbolos y motivos universales dan forma a la psicología individual y a las expresiones culturales.

Al concluir, se expone críticamente el impacto creciente de la tecnología en la sociedad moderna, planteando interrogantes sobre la autonomía del individuo. Se reflexiona sobre la influencia de la inteligencia artificial y se cuestiona si los humanos podremos hacer uso consciente de esta, haciendo eco de las preocupaciones sobre la individualidad y la conformidad social.

MUNDO: UNIVERSAL Y RENOVADO

Rosenzweig (1997) parte del cuestionamiento sobre la forma tradicional de hacer filosofía, concibiéndola como una disciplina que, basada en la pregunta central ¿qué es el mundo?, limita y, por ende, condiciona la posibilidad del ser humano de encontrar otras interrogantes medulares. Sin embargo, sin dejar de lado lo que otros filósofos han aportado a lo largo del tiempo, este autor plantea un cambio de orientación que evite jerarquizaciones a la hora de abordar los clásicos conceptos de: hombre-mundo-Dios. Propone un pensamiento que no busque su comprensión solo bajo los principios y leyes del mundo ni que, a la inversa, se tome como absoluto al hombre para procurar entenderlo todo.⁶

La filosofía clásica ha buscado desde sus inicios construir la idea de que existe un todo y una nada. Según Rosenzweig (1997), esta premisa pretende brindar al hombre la posibilidad de equipararse a esa totalidad y, así, poder lidiar mejor con su vida, que es amenazada constantemente con volverse nada. Plantea que esta idea de un todo es, en realidad, un engaño creado por el hombre para hacer frente a su angustia ante la muerte. Es una forma de evitar enfrentarse a su presencia, para encontrar calma en la creencia de que se es parte de una totalidad eterna. Ante este escenario, se considera crucial un nuevo pensamiento como punto de partida para la reflexión sobre aquello que se llama el todo y la nada. «La nada no es nada: es algo» (p. 47). En otras palabras, no se puede hablar de la nada porque desde siempre han existido muchos algos. Esto último se entiende como partes del saber que muestran solo una de entre las muchas caras de la realidad.

A partir de esta perspectiva, las ideas fijas son únicamente algos desde donde pueden elaborarse otros pedazos de saber. Similarmente, el sociólogo Morin (2005), se refiere a estas ideas fijas como una especie de archipiélagos de certezas en un océano de incertidumbre.

⁶ «Por citar de nuevo la experiencia psicoterapéutica, diré que cuanto más ansiosos estamos por formular un diagnóstico y planear la acción, menos útiles somos. Cuanto más ansiosos estamos por curar, más largo es el proceso...» (Maslow, 2016, p. 225).

En este orden de ideas, desde el pensamiento complejo se señala la imposibilidad de afirmar la existencia de un todo en el sentido único, abarcativo, totalitario y autosuficiente. Paralelamente, se debe tener en cuenta que la subjetividad influirá inevitablemente en la razón, por lo que la idea de un pensamiento que no involucre a su pensador se aparta de la verdad. De ahí que, ser y pensar vayan de la mano, aunque quieran ser entendidos de forma aislada. Una visión compartida por el humanismo: «Tengo la impresión de que la ciencia está a punto de dar el gran salto que le permita correlacionar la vida subjetiva con indicadores objetivos externos». (Maslow, 1990, P. 27).

Para explicar la dinámica dialógica entre el ser y el pensar, Rosenzweig (1997) toma como ejemplo al filósofo Nietzsche para ilustrar cómo el pensador puede ser, a la vez, poeta y santo. Es decir, acercarse al saber tanto desde su vivencia individual como a través de la expresión artística. Nietzsche creó un antes y un después en la forma de hacer filosofía, puesto que mostró al hombre capaz de explorar el mundo y a Dios sin abandonar su individualidad. Algo similar a lo que Bergson (1942) describía como: «una creación que prosigue sin fin... Toda obra humana que encierra una parte de invención, todo acto voluntario que encierra una parte de libertad, todo movimiento de un organismo que manifiesta espontaneidad trae al mundo algo nuevo» (P. 644).

Así, Nietzsche muestra al mundo una filosofía elaborada desde la subjetividad de sus experiencias y es esto lo que marca su obra, diferenciándola:

«...ese hombre, como filósofo, se había adueñado de la filosofía. Esta tenía que reconocerlo como algo que no podía comprender, pero que tampoco podía negar, ya que dominaba sobre ella. El hombre, en la absoluta singularidad de su propio ser, en su ser que se refleja en el nombre y los apellidos, salió del mundo que se sabía mundo pensable, salió del Todo de la filosofía...». (Rosenzweig, 1997, p. 50).

Un hombre que vive y hace uso de las leyes, en detrimento de aquel que se hace exclusivamente por ellas. En este sentido, se puede expresar

que al hombre no lo hace la fuerza del logos. Tampoco el entorno se forma exclusivamente por su individualidad, porque precisamente su particularidad es lo que lo mantiene independiente del mundo, a pesar de influir y verse influido por este.

Aunque la intención de la filosofía ha sido capturar al hombre mediante su entendimiento generalizador, jamás pudo lograrlo, dado que este terminó escapando a las categorías preestablecidas por el pensamiento. En la búsqueda por definir y entender al ser humano, a menudo se encuentra la paradoja de que, cuanto más se intenta concretar su esencia, más se escapa, como si se desvaneciera al intentar aprehenderla. Esta idea se relaciona con el concepto de que la identidad personal y la ética son realidades complejas y dinámicas que no pueden ser completamente capturadas por definiciones estáticas o sistemas rígidos. «Desde Poincaré se sabía que la mayoría de los sistemas dinámicos no son sistemas estables ni integrables. Hoy sabemos que, en general, la evolución de estos sistemas no puede describirse en términos de trayectorias deterministas y reversibles». (Stengers & Prigogine, 1994, p. 201).

A lo largo del tiempo han sido más notables las diferencias entre el pensamiento y la religión que entre el pensamiento y el mundo. Esto quizás porque se ha afianzado la idea de que Dios no convive con las ciencias, mientras que el saber del hombre pareciera compatible con las ideas del mundo. Sin embargo, tanto de Dios como del mundo no se sabe en realidad nada. Ahora bien, esta nada vuelve a ser aquí la nada de nuestro saber. Es el trampolín desde el que debe darse el salto al algo del saber, a lo positivo. Pues se cree en el mundo tan firmemente, como en Dios o en nuestra ipseidad. (Rosenzweig, 1997). Se observa, una vez más como eje a la fe, tanto en Dios como en el hombre y el mundo. Este es el punto de partida que surge del reconocimiento de que jamás se podrá saber todo sobre estos tres elementos, sino solo diversos algo que sirvan de puente para su parcial comprensión. «Esto es lo único que la ciencia puede y debe proporcionarnos. De ninguna manera podemos esperar que nos libere de esta triple fe...». (Ibid., p. 82).

El mundo posee la facultad de auto comprenderse, es decir, que puede explicarse por sí mismo. Este no deja de existir ni auto regularse a condición del hombre. En consecuencia, su entendimiento desde la filosofía o la religión cae tarde o temprano en sus propias limitaciones. El mundo se muestra lleno de lo infinito, pero a la vez cambiante, continuamente renovándose. Siguiendo a Rosenzweig (1997), la característica esencial del mundo responde a los enunciados: «Por doquier y siempre»:

«Ya que en él hay tanto masculino como femenino, el mundo es, como naturaleza, tanto la alumbradora infinita de las formas como la energía genésica, nunca declinante, del espíritu que la habita. La piedra y la planta, el estado y el arte, todas las formaciones se renuevan inacabablemente... cada novedad es una nueva negación de la nada...». (P. 85).

Si bien el mundo se produce infinitamente, no por ello deja de relacionarse con la humanidad, conformándose la dialogía individual/colectiva. Por ejemplo, cada obra de arte posee su propia impronta, características únicas que la distinguen. Esto se debe en parte a su creador y a su individualidad única. Sin embargo, también existe en ella un contenido compartido por el mundo, algo que permite esa unión colectiva más allá de lo individual. Para Morin (2001), «Podemos encontrar en la literatura, la poesía, la música (lenguaje del alma humana), la pintura, la escultura, otros tantos mensajes sobre nuestros seres profundos». (P. 15).

Más aún, si la expresión artística se concibe desde una conexión profunda con el inconsciente de su autor, al ser compartida con los demás, esta se hallaría ligada no solo a lo colectivo sino también a lo trascendente. Y así, es posible entender las relaciones que pueden darse entre mundo, hombre y Dios. En lo referente al arte, Rosenzweig (1997) señala: «...la conexión completa de cada parte con el todo conjunto y de cada singularidad con todas las restantes singularidades. Un nexo que no se deja llevar por ningún procedimiento lógico a unidad, pero que es, sin embargo, completamente unitario...». (P. 102).

Sin duda, no toda elaboración humana puede dar cuenta de la triada antes mencionada. Entonces, ¿cuál es el tránsito de lo particular a lo universal? Cuestión crucial, pues se estaría frente a una propuesta de recorrido en pro del bienestar psicológico, social y espiritual del ser humano.

La PIC asume este desafío durante el tratamiento, favorecida por la naturalidad que impulsa al sujeto hacia esta consecución. Lo universal está presente en la vida y demanda ser aplicado, por lo que atrae a lo particular. «Lo universal ansía aplicación, de él emana una fuerza de atracción. Así, en torno a lo universal se forma un campo de fuerza atractiva en el que cae lo particular, coaccionado por su propio peso». (Rosenzweig, 1997, p. 88).

De la mano del humanismo, Rogers (1987) expone su idea de *tendencia actualizante*, como esta capacidad innata de conexión con lo trascendente, a manera de fuerza vital que impulsa siempre al ser humano a alcanzar su bienestar.

ARQUETIPOS

Jung (2006) señala dos niveles inconscientes en el ser humano que se relacionan entre sí. Uno personal, trabajado por el psicoanálisis a raíz de Freud. El otro colectivo, desarrollado especialmente por Jung. Este último se considera un asidero de imágenes primordiales, llamados arquetipos, presentes en el inconsciente de toda la humanidad: «En todo ámbito psíquico hay motivos, es decir, figuras típicas que se remontan muy atrás en la historia e incluso en la prehistoria, por lo que podemos llamarlos arquetipos». (Jung, 2006, p. 125). Asimismo, clasifica las neurosis en dos grupos: aquellas que surgen por exceso de contenidos colectivos en psiques con individualidad subdesarrollada. Y otras que emergen de psiques individualistas con una adaptación atrófica a la colectividad.

En la mente de un sujeto, varios arquetipos coexisten y algunos prevalecen sobre otros. En casos extremos, solo uno parece gobernar, condicionando la

dinámica de toda la psique. Esto implica que esta imagen primordial, que por naturaleza se encuentra en el inconsciente colectivo, invada la consciencia y genere cambios drásticos en el comportamiento del sujeto. Dichas modificaciones en la conducta estarían orientadas a satisfacer y mantener la prevalencia de esta imagen, originándose un complejo de origen arquetipal⁷. Los arquetipos pueden entenderse como recipientes por los que fluyen los contenidos individuales. En su estudio sobre el inconsciente colectivo, Jung (2002) distinguió: la Gran Madre, el Viejo Sabio, el Héroe, la sombra, entre varios otros.

Como se indicó, para Jung (2002) un arquetipo puede tornarse, en algunos casos, en el centro de la psique, produciendo un desequilibrio en su dinámica y derivando en comportamientos condicionados a la complacencia de dicha imagen. Por ejemplo, alguien podría buscar parejas muy conflictivas para rescatarlas o incurrir constantemente en situaciones de riesgo en las que sea necesario el sacrificio, para así lograr ubicarse en la posición de héroe y satisfacer este arquetipo. En este caso, se observa como lo individual y lo colectivo se entrelazan.

«Sigamos de cerca el camino de este descenso de lo particular sobre lo universal... Uno de estos puntos es aquel en el que, tras un lapso de pura caída ciega, sin dirección y sin consciencia, se vuelve en cierta medida consciente lo particular del movimiento hacia lo universal en el que ya está inmerso, y se le abren los ojos para ver su propia naturaleza. En este instante, lo particular, que hasta aquí era ciego, toma consciencia de su particularidad, y esto quiere decir: de su dirigirse a lo universal... Esto es el individuo, el singular, que lleva en su cuerpo las notas del universal; y no del universal en general, que no tiene nota alguna, sino de su universal...». (Jung, 2002, P. 88).

⁷ Véase en Huerta, O. (2012). Revisión teórica de la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung. *Anuario de Psicología*. Universitat de Barcelona.: "...si se logra...reconocerlo y aceptarlo, entonces provocamos un aumento de calidad en el funcionamiento psíquico. Por el contrario, cuando existe represión ... la energía se dirigirá hacia el desarrollo de un complejo". (P.419)

Situación similar parece darse en lo presentado por Rosenzweig (1997) en lo referente al vínculo que existe entre lo individual —que podría corresponder tanto a la conciencia como al inconsciente personal, — con lo universal —equiparable al inconsciente colectivo—. Mientras para Morin (2001) es posible que lo anterior no solo se refleje a nivel personal sino también en esferas sociales. Al respecto advierte:

«Dioses, mitos, ideas pueden literalmente poseer a sus fieles, como en la macumba, cuando los orixás toman posesión de su cuerpo y hablan por su boca. De hecho, la relación con las entidades de la noosfera es de posesión recíproca: pedimos a los dioses ayuda y protección a cambio de nuestra adoración; pedimos a nuestras ideas seguridad y salvación cuando se convierten en mitos». (P. 50-51).

Paradójicamente, el sujeto se individualiza cuando logra ser consciente de aquellos componentes que lo ligan y, a la vez, lo desprenden de la colectividad⁸. Según Jung (2002), para abordar terapéuticamente la fuente arquetipal es común pasar primero por el inconsciente personal, que es de más fácil acceso que el colectivo. No obstante, también es posible trabajar a la inversa, lo cual es factible cuando los arquetipos emergen hacia la conciencia del sujeto, generalmente por medio de contenidos oníricos.

A pesar de que Jung (2006) era partidario de que el sujeto integrara su inconsciente y arquetipos mediante la psicoterapia, no desconocía que esto podía lograrse igualmente a través de la religión. Tras años de trabajo con sus pacientes, descubrió que en su mayoría eran personas que habían perdido la fe y que se habían apartado en gran parte de sus creencias religiosas. Ante este panorama y consciente de sus limitaciones, procuraba, en la medida de lo posible, regresarlos a su dogma. Parafraseándolo, corresponde decir: nadie puede hacer más por ellos que su Dios.

⁸ Es el objetivo terapéutico de la psicología analítica, entendido como el proceso por el cual una persona se convierte en un individuo psicológico, una unidad o todo indivisible separado, reconociendo su singularidad más íntima, equiparable al devenir del propio yo o autorrealización, diferente del “egocentrismo” y del individualismo. (Schlamm, 2020)

Este despertar ante aquello que liga al hombre con lo colectivo evidencia el vínculo entre ambos. No obstante, en el paso de lo particular a lo universal, no debe pensarse que el hombre se pierde en la masa. Sino que le es posible reconocer, qué comparte con los otros desde su singularidad. Desde una mirada sociológica, Catz (2019) rescata la idea antigua de Estado, según la cual, el individuo puede ser parte de él sin verse absorbido totalmente por este.

Una vez más, es posible evidenciar el principio de la complementariedad, fundamento para una visión compleja del ser humano. Sobre lo cual Maslow (2016) resalta:

«...las personas que se auto-realizan comprenden que A y no-A se compenetran y forman una sola cosa, que cualquier persona es al mismo tiempo buena y mala, varón y hembra, adulto y niño. Es imposible representarse a una persona, considerada globalmente, como un continuo uniforme; tan sólo es posible en el caso de considerar un aspecto abstraído de la persona. Su totalidad es no-comparable». (P. 65).

Retomando los términos junguianos, cabe decir que el ser humano no es solo inconsciente colectivo, sino también inconsciente personal —vivencias, recuerdos, traumas, complejos, relaciones, recursos, etcétera— y, por supuesto, consciencia —ideas, creencias, emociones, interacciones, voluntad, entre otras cosas—.

El conocimiento de lo universal incluye per se las fronteras del marco referencial que se utilice para su asimilación. No obstante, esto no implica que se deba desdeñar los conocimientos elaborados por el ser humano a partir de este. La intención es reconocer las restricciones del discurso mundano sin pretender expandirlas artificialmente en un afán de aprehender la esencia de lo humano o lo divino.

En terapia esto se traduce cuando el paciente logra desarrollar un camino propio hacia la búsqueda de la comprensión parcial de su entorno. Así, desde

la experiencia individual, es posible acercarse al entendimiento del mundo sin negar que esta sea una visión limitada. Es decir, sin afianzarse en una falsa objetividad y sin creer que es posible entenderlo todo. Esta mirada, que reconoce al ser humano como limitante de la comprensión de lo exterior, da cuenta de un mundo metafísico.

En cuanto a la forma de relacionarse con el discurso social, así como con lo trascendente, se entiende que el desprendimiento total de lo mundano no es un requisito para alcanzar lo espiritual. Igualmente resulta irreal pretender vivir apartados plenamente de la ciencia o de las tecnologías. La vida únicamente puede vivirse. Es la experiencia que trasciende la explicación, aquella que permite entrar en comunión armónica con el mundo. En consecuencia, se trata de llegar, mediante el acto humano, a la vinculación con el entorno, sin olvidar que lo espiritual está presente en esta relación. Para Jung (2023), la Primera Carta de Juan se expresa en este sentido de manera similar: «El que ama a su hermano, permanece en la luz... Pero el que odia a su hermano se encuentra en las tinieblas... si nos amamos los unos a los otros, Dios permanece en nosotros...» (P. 95).

MUNDO ACTUAL

Es necesario reflexionar sobre cómo el discurso del mundo influye en el pensamiento y la conducta del sujeto. Una dinámica excesivamente descompensada entre estos elementos puede causar una individualidad debilitada. Aunque los parámetros son necesarios para guiar a la sociedad, si estos son rígidos pueden capturar al individuo en obligaciones fatuas y moldearlo, únicamente, según intereses globales. (Rogers, 1987).

Al respecto, hoy en día se puede tomar como ejemplo el importante y creciente avance tecnológico, una realidad que está marcando el ritmo del discurso y la conducta de la sociedad. En este sentido, el mundo decide mayoritariamente que las tecnologías son lo más importante para el ser humano, sin prevenir realmente sus efectos colaterales. Así, por ejemplo,

hoy las personas no se conciben a sí mismas sin estar atadas a una pantalla y, aunque la soledad no desaparece, necesitan cada vez más estar conectadas a otros a través de estas (Bauman, 2017). Ante lo que es importante prevenir los daños decreciendo en el avance social para crecer en el personal. Es decir, no tratando solamente los nocivos efectos de quienes ya padecen consecuencias psicológicas sino preservando su bienestar psicológico.

Actualmente, la ciencia apoyada en la inteligencia artificial no solo influye directamente en la vida de cada sujeto, sino que busca emularlo mecánicamente con el fin de entenderlo para perfeccionarse. En este contexto la inteligencia artificial no solo buscaría comprender, sino en cierta medida, ser el hombre. Y aunque el ser humano es quien crea la ciencia, cabe pensar que ésta traza el camino hacia el cual la sociedad debe desarrollarse. Siendo así es importante cuestionar, si es el hombre quien tiene la tecnología a su servicio o si es la tecnología la que ha hecho del hombre su servidor. Preguntas que ya parecerían haberse contestado, precisamente por parte de quienes en su momento fueron sus propios desarrolladores: «Cuando no sabes cuál es el precio que pagas por el uso de un servicio tecnológico, tú eres el precio». (Orlowski, 2020). En términos junguianos, se puede añadir que demasiada humanidad desfigura al hombre tecnológico, así como demasiada tecnología crea humanos enfermos.

Lo expuesto hasta aquí invita a reflexionar sobre la incidencia del mundo sobre el ser humano y de qué manera su discurso se filtra y confunde con su esencia, muchas veces llegando a ser fuente de su malestar. Ante este escenario, desde una mirada compleja, la clave para armonizar esta dinámica radica en rescatar al ser humano en sus características únicas, sin dejar de lado la interrelación con su entorno. Es decir, que este no pierda sus cualidades individuales en el proceso. Esta dificultad por la que todo ser humano atraviesa es descrita por Jung (2010) al afirmar que todos nacemos originales y morimos copia.

En este orden de ideas, surge como factor indispensable para la PIC el abordaje de esta creciente problemática del mundo moderno. ¿Hasta dónde

llego yo y empieza el discurso social?, ¿estoy perdido en este discurso?, ¿qué tanto afecta la tecnología mi comportamiento? Evidentemente, como todo conflicto psicológico, el sufrimiento está en los extremos. Así, igualmente sufre aquel que se quiere olvidar de los otros y de las opiniones del mundo pretendiendo aislarse de todo, como aquel que se pierde en el discurso del mundo desmereciendo su particularidad.

Una vez más, se trata de procurar la armonía, en esta ocasión entre el ser humano y el mundo, un diálogo complejo, dinámico e inacabado. Por esta razón, moverse y volver sobre lo pensado, en su correcta medida, es fuente enriquecedora para el saber complejo. Al respecto, conviene recordar que la mejor y más perfecta medida se realiza en movimiento (De Pomposo, 2015). De esta forma, cuando se debata a lo que otros quieren darle la etiqueta de verdad inamovible, se abrirá un espacio a la fertilidad del saber. Al contrario, retomando el ejemplo de las tecnologías, se aceptaría como completa y única la parcial verdad que nos indica que debemos seguir desarrollando a la inteligencia artificial a un ritmo estrepitoso y centrar todos nuestros esfuerzos en ese futuro. En otras palabras, tomar el peligroso camino de solo desarrollarse por desarrollarse desde una lógica lineal.

CAPÍTULO 3

En este capítulo se invita a repensar al hombre como efímero por naturaleza, contrastándolo con la inmortalidad de Dios y la universalidad del mundo. En esta característica humana que lo distingue y define, radica su capacidad para dar sentido y significado a su existencia individual a través de su libertad y voluntad. Marcando la limitación de su pensamiento para comprender estas realidades independientes y, a la vez trascendentes, se revisa cómo, aunque esta libertad es finita y limitada en comparación con la divina, permite al individuo perseguir sus deseos y encontrar un propósito en su vida.

Así también, la noción del *yo* surge como elemento central en esta discusión, como punto de convergencia entre la individualidad del ser humano y su conexión con lo universal. Por su parte, el concepto de *sí mismo* se revela como una entidad compleja y en constante interacción con el inconsciente personal y otros arquetipos, términos trabajados ampliamente por la psicología junguiana.

Seguidamente, se estudiarán el arte y la religión como medios a través de los cuales el ser humano puede expresar y explorar su ser, más allá de los mencionados límites de lo racional y comunicando lo inefable. Además, se da sentido e importancia al silencio como una forma de comunicación genuina del *sí mismo*, tanto en la vida cotidiana como en el contexto psicoterapéutico.

En síntesis, esta sección nos sumerge en un recorrido introspectivo que invita a reflexionar sobre la naturaleza efímera y diversa del ser humano, explorando las interrelaciones entre él y el mundo, entre lo consciente y lo inconsciente, entre lo personal y lo colectivo. A través de la filosofía y la psicología, se busca comprender cómo el hombre puede encontrar significado y trascendencia en su breve paso por el mundo.

EL HOMBRE: EFÍMERO Y DIVERSO

Siguiendo lo desarrollado en capítulos previos, no es factible que el hombre trate de asir a Dios o al mundo exclusivamente desde su pensamiento. Del mismo modo que resultaría limitada su propia comprensión desde el lenguaje de Dios o del mundo porque estos se fundamentan en criterios independientes y algunos desconocidos para él. Siendo así, la propuesta hacia su exploración se sustenta a partir de sus propias características, únicas, desde las cuales es factible conocerlo más ampliamente, aunque siempre de forma parcial. Lo anterior fundamenta la propuesta compleja de la PIC que radica en respetar las partes sabiendo que, a la vez, son por sí mismas un todo.

Si algo se sabe realmente del hombre es que es perecedero. A diferencia de Dios, que es inmortal e incondicionado, y del mundo, que es universal y renovado, el hombre existe gracias a su distintiva particularidad. Su psique compleja no puede reducirse ni limitarse; esta siempre sigue existiendo y su originalidad nunca se deja borrar tras la sentencia de lo universal. Así, el ser humano se diferencia, a la vez que forma parte del mundo y, en sí mismo, es a la par un todo. Sus gestos y sus palabras pueden ser compartidos por los demás; no obstante, para cada individuo estos actos poseen esta significación única.

Su esencia transitoria lo impulsa naturalmente a darle duración al instante, haciéndolo suyo y significativo según su particular realidad. En otros términos, lo efímero del tiempo condiciona al hombre, que se sabe perecedero, y esta condición es ciertamente aquella que lo invita a relacionarse con su entorno. Siendo así, para el ser humano resulta eminente llevar la inmediatez de su tiempo a la vivencia fugaz del presente.

Según Rosenzweig (1997), el hombre posee a la libertad como otra de sus características principales. Esta cualidad le permite otorgar significación a su vida de acuerdo con su deseo. No obstante, su libertad es distinta a la de Dios, puesto que, a pesar de ser incondicionada, es finita: «no lo es, como sí lo es la de Dios, libertad para el acto, sino libertad para la voluntad; no libre poder

sino voluntad libre... pero su querer es tan incondicionado y sin límites como el poder de Dios» (P. 105).

Por ello, la posibilidad de cambio para el ser humano parte de su querer hacer, de su deseo como fuente de dirección hacia lo que busca. Solo en la medida en que la voluntad del hombre encuentre una relación con Dios mediante la fe y el amor, y un vínculo dinámico con el mundo a través del reconocimiento de aquello que comparte con los demás —inconsciente colectivo, arquetipos, cultura, sociedad—, entonces estará viviendo el presente en armonía, más allá de los límites de su razonamiento.

En el párrafo anterior, se subraya la capacidad del ser humano de luchar por aquello que desea. Entendiendo el deseo como algo mucho más profundo y significativo que el querer. Rosenzweig (2001) advierte que la voluntad se torna fácilmente obstinación en el hombre cuando su querer, lejos de relacionarse con el mundo y con Dios, únicamente se encierra en su egoísmo. Esta insistencia deja al hombre viciado en repeticiones sin sentido. De ahí que sea común observar a personas que se mortifican una y otra vez sobre los mismos temas, frecuentemente atrapados por el desconocimiento de su inconsciente, que condiciona constantemente sus actos.

Para Dios, ser bueno está en el acto, que consiste en hacer el bien. Y para el hombre, está en la voluntad; querer el bien. Parece indicarse que, de la mano de Dios y del mundo, es posible lograr el bienestar, recordando que es imprescindible acercarse a Dios por medio del amor al prójimo y respetando valores universales que giran en torno al respeto a la vida. (De Pomposo, 2015). Jung (2002) sobre este tema menciona: «Ahora bien, es la incapacidad de amar la que roba al hombre sus posibilidades. Este mundo solamente es vacío para aquel que no sabe dirigir su libido a las cosas y personas para hacerlas vivas y bellas». (P. 253). Similarmente, siguiendo a Maslow (1990), «El amor hacia otro le permite revelarse, abrirse, hacer a un lado sus defensas; le permite descubrirse no sólo físicamente sino también psicológica y espiritualmente». (P. 32).

La acción significativa se ejecuta desde la voluntad, pero se enraíza en lo más profundo del interior del ser humano, que lo conecta con el mundo y con Dios. Así pues, algo es realmente interiorizado en la medida en que se alinee con la interacción vivencial. Sobre esto, Jung (2022) aclara: «En la psicología se ha entendido algo cuando ese algo también se ha vivido o se ha adentrado en la región de la acción y de la vivencia, pero no antes». (P. 83).

EL SÍ-MISMO

En lo referente a la esencia del ser humano, Rosenzweig (1997) utiliza el término “sí mismo”, entendido como: el sentido de la voluntad. En otros términos, el sí mismo aparece cuando el querer deja de ser querer por querer y adquiere una finalidad. Por su parte, en su forma original, se refiere como algo cerrado, con un fin autogenerado. Posiblemente, la simbología del uróboros o la noción de torbellino expuesta en la dinámica de los sistemas complejos ejemplifican acertadamente esta idea de un sí mismo en continuo retorno y renacer (Stengers & Prigogine, 1994).

Rosenzweig (1997) contrasta el sí mismo con la idea de personalidad, que aparece como mediadora entre lo interno y externo al ser humano. Mientras que la personalidad siempre es una entre otras y sufre comparación, el sí mismo no se compara con nada. La personalidad es individual, el sí mismo es universal «no es un hijo de los hombres: es Adán, el hombre mismo [...] El sí mismo está completamente cerrado en sí [...] La personalidad [...] es el hombre que interpreta el papel que el destino le ha dado: un papel junto a otros, una voz en la sinfonía polifónica de la humanidad» (P. 105-110).

Igualmente, en el terreno de la psicología, supondría un equívoco el equiparar a la personalidad (el yo), con el sí mismo. El sí mismo, al igual que el inconsciente, es inabarcable e imposible de categorizar o estructurar. Jung (2008) aclara este concepto y lo vincula con lo trascendente:

«...engloba las cosas experimentables y las cosas no experimentables

o que aún no han sido experimentadas... presencia de factores inconscientes y, con ello, caracteriza una entidad que solo en parte puede describirse, pero que, en lo que respecta a la otra parte, permanece pro tempore incognoscible e indelimitable» (P. 572).

Igualmente, desde una psicología apoyada en el paradigma de la complejidad, el sí mismo ocupa el centro de la psique, esta última concebida como un sistema complejo. A la par de los trabajos junguianos, para que un sujeto comience a establecer contacto con su sí mismo, requiere ser consciente, sustancialmente, de los contenidos inconscientes de su propia psique.

En este orden de ideas, para Maslow (1964), incorporar lo espiritual hace posible una psicología más amplia y real:

«la psicoterapia, la experiencia religiosa naturalista, la creatividad, el simbolismo, el juego, la teoría del amor, las experiencias místicas y cumbre, por no hablar de la poesía, el arte y mucho más (ya que todos ellos implican una integración del reino del Ser con el reino de lo concreto)». (P. 27).

En el caso del arte, como se profundizará en el siguiente capítulo, el sí mismo puede revelarse a manera de representante de aquello oculto en el interior del hombre, como arquetipo universal o, si se quiere, como elemento que da cuenta de algo que está más allá de este. De forma similar, puede emerger en experiencias trascendentes o en sueños arquetípicos. Jung (2002) expone que el sí mismo no está enteramente al alcance de lo consciente, sino que, a pesar de ser la esencia del sujeto, permanece mayormente en su sombra.

En este sentido, es necesario que el hombre conozca sus profundidades inconscientes para así facilitar una relación armónica con los otros. Sin olvidar que esto es factible en la medida en que se reconozca, la igual importancia, de los acercamientos parciales al conocimiento de Dios y del mundo, a través un pensamiento complejo.

Para finalizar este apartado, resulta conveniente preguntarse de dónde aparece el mencionado sí mismo, para Rosenzweig, (1997, p 12) «El sí mismo ataca un día por sorpresa al hombre... bajo la máscara de Eros; y lo conduce en adelante por la vida, hasta el instante en que se quita la máscara y se revela como Thánatos». En su respuesta se observa la dualidad presente en este concepto, que desde su origen es al mismo tiempo luz y oscuridad, vida y muerte en el interior del ser ⁹.

En el nacimiento del hombre emerge al unísono el sí mismo y, por ende, la particularidad. Por tanto, al aparecer lo individual, muere de alguna manera el ser netamente universal. (Rosenzweig, 1997). Dos muertes están presentes en la vida de todo ser humano: la primera, que al inicio de su vida lo vuelve perecedero, y la segunda, la orgánica, al fin de su existencia. A través del arte este mismo saber surge, por ejemplo, en el siguiente extracto del poema escrito en el siglo XVIII por el ecuatoriano Juan Bautista Aguirre, titulado Carta a Lizardo. En cuyo verso, según Cevallos (1999), también se pone de manifiesto el *talis vita finis ita* ¹⁰:

¡Ay, Lizardo querido!

si feliz muerte conseguir esperas,

es justo que advertido,

pues naciste una vez,

dos veces mueras.

Así las plantas, los frutos y las aves lo hacen:

dos veces mueren y una sola nacen.

Entre catres de armiño

⁹ Similarmente en la filosofía de Heráclito, la enantiodromia se utiliza para designar el juego de los opuestos en el curso de los eventos, la idea de que todo lo que existe se transforma en su opuesto.

¹⁰ “La vida es una clase de muerte, si la muerte ha de ser como la vida”. Traducción de Cevallos (1999), para quien la actitud no debe ser contemplativa sino eminentemente activa de cara a la muerte.

tarde y mañana la azucena yace,
si una vez al cariño
del aura suave, su verdor renace:
¡Ay flor marchita! ¡Ay azucena triste!
Dos veces muerta si una vez naciste...

PRÁCTICAS EN TORNO AL SÍ MISMO

Rosenzweig (1997) evidencia los vacíos que deja el pensamiento clásico, tanto cuando se pretende negar a Dios para dar cabida a la ciencia, como cuando se piensa que es posible explicarlo todo desde su método. De manera similar, la tergiversación ocurre cuando se intenta elevar el criterio del hombre por encima de todo, llevándolo a creer que controla cada aspecto. Esto último es factible al desconocer al sí mismo o al restarle importancia, considerándolo solo cuando su intención parece alinearse con el discurso del mundo. Así, el camino que eleva al hombre por encima del mundo, lo aleja de su conexión real y significativa con los más cercanos.

Para Maslow (1990) también las religiones han enfatizado un desarrollo descompensado en su deseo de alcanzar componentes más profundos, continuamente inclinadas hacia dos alas extremas: “la mística e individual, por una parte, y la legalista y organizacional, por la otra” (P.329). Al respecto, desde las religiones budista y taoísta, la búsqueda de lo espiritual tradicionalmente ha procurado, o bien el desapego a la particularidad en aras de alejarse de lo mundano para llegar a Dios o, por otra parte, enfatizar la distinción del hombre, aplicando leyes de vida especiales para cada persona. Pero, aunque van desapareciendo una a una las características del hombre, por medio de la austeridad o de la autoridad, en él queda siempre, precisamente, ese carácter de «liberado» que lo constituye como hombre. «Y, de nuevo, India y China han mostrado en esto los dos únicos caminos por los que el

hombre puede escapar a su yo cuando no alcanza el valor de llegar a ser el hombre trágico». (Rosenzweig, 1997, p. 117).

Pero ¿qué se entiende y cuál es el valor del hombre trágico? En principio, este se evidencia claramente en la antigua Grecia, dónde a través de las expresiones artísticas de la época fue posible rescatar las huellas del sí mismo. Al respecto, el silencio, inherente al héroe trágico, fue encontrado forma en el drama para exhibirse. En este sentido, precisamente, el silencio es lo más puro que todo ser humano comparte con sus semejantes. Es aquello que indica que hay algo que no se sabe, algo que existe, pero sobre lo que no se puede decir nada.

El silencio es el medio de comunicación que trasciende al yo, es la manera más auténtica en la que puede representarse el encierro del sí mismo. Entonces, el silencio da cuenta de la esencia del individuo y lo acerca a lo real. «Se ha creado la forma del drama para poder exhibir el silencio. En la poesía narrativa el silencio es regla; la poesía dramática, en cambio, solo conoce el hablar y es, por su medio, como en ella el silencio se vuelve elocuente». (Rosenzweig, 1997, p. 119). Siendo, el silencio trascendente para el encuentro real entre dos almas, su espacio debe ser respetado e incluido, sin temores ni apresuramientos en el proceso terapéutico. El silencio en sí mismo es terapéutico y, en sesiones, simboliza respeto y acompañamiento.

En relación con lo anterior, la flexibilidad requiere no solo de aquello que puede expresarse verbal y no verbalmente al otro, sino también de lo que no es posible comunicar. El silencio, que como se dijo, es facultad de todo ser humano, algo que se manifiesta como un lugar común, por así decirlo, es en esencia compartible, dado que no conoce distinción alguna:

«En el caso del judaísmo, a lo largo del año litúrgico se aprende a callar en común (a escuchar) a través de la vida en común. En el cristianismo, a lo largo del año litúrgico se avanza hacia el silencio común a través de la marcha en común. Esta vinculación entre el final y el silencio recuerda la concepción de la verdad... La verdad

permanece, como Dios, inalcanzable (innombrable), pues solo así está al alcance de todos...». (Belmonte, 2013, p. 344-345).

Para perseguir un acercamiento hacia el sí mismo, es importante introducir la figura del coro como escape a la repetición que causa conflicto. Dado que es a través de los otros que comparten nuestra esencia en donde también el silencio resulta fuente de conexión significativa. Es útil recordar que el sí mismo no se exterioriza fácilmente por estar encerrado en sí. Y que, además, cuando pasa por la palabra pierde la mayor parte de su cualidad. Por lo tanto, el diálogo es necesario, pero no suficiente porque este concepto se tergiversa y es propenso a la obstinación, lo que convierte el intercambio en una disputa. Rosenzweig (1997) indica: «El diálogo no produce una relación entre dos voluntades, porque cada una de estas voluntades solo puede querer su aislamiento». (P. 120).

En psicoterapia, resulta idóneo dar un paso más hacia la expresión del ser humano, no hacia un «otro» aislado, sino hacia los otros, esto es, hacia quienes rodean la vida del paciente. Por ello, lo trabajado en sesiones debe superar las paredes del consultorio motivando al sujeto al intercambio con sus más cercanos. Para lograrlo, esta dinámica debe ser integral y procurarse también a niveles inconscientes, lo que restaría la distorsión ocasionada por el yo, facilitando conexiones espontáneas.

En este sentido, es necesario volver la mirada hacia la importancia de identificar el tipo de discurso durante el proceso terapéutico. Ambas formas mencionadas en párrafos anteriores, tanto la dramática como la narrativa, facultan un acercamiento al inconsciente mediante el diálogo que respeta y da lugar a los silencios.

Desde una orientación compleja, el psicólogo debe incorporar y hacer uso del principio de complementariedad en el intercambio con su paciente. Es decir, si el discurso de un paciente posee una inclinación hacia el drama en su aspecto destructivo (ilusiones, distorsiones, excesos, entre otros), el psicólogo responderá mayormente desde la poesía narrativa e irá integrando

la pausa, lo metafórico, lo metonímico, lo simbólico, entre otros elementos. Evidentemente, el ser humano es complejo y dual, por lo que ambos discursos cohabitan en el interior tanto del paciente como del terapeuta. Es a partir de la intensidad y la frecuencia dinámica desde donde se regulan estos componentes.

En otros casos, el psicólogo necesitará asumir un rol complementario más inclinado hacia la figura del drama, incorporando un abordaje con tintes más afectivos que acojan y reciban al paciente desde la empatía. Empatía definida, no como la capacidad de ubicarse en la realidad del otro, dado que eso en sí es un imposible, sino en la intención genuina del acto. Cabe destacar aquí la base humanista de la PIC, que incorpora en su práctica desde una mirada compleja: empatía, congruencia y aceptación positiva incondicional, elementos de reconocida eficacia terapéutica. (Ackerman et al., 2001; Norcross y Lambert, 2019; Watson, 2007).

Es conveniente mencionar que, ante la visión o concepción del mundo, prevalece la de la vida. Una vida que tiene un final que nos condiciona como seres humanos a ser perecederos. Como se ha dicho, bajo esta circunstancia se relaciona el hombre con el mundo, para quien su vivencia se construye de momentos efímeros marcados por su particular manera de existir. Así, a lo largo de este capítulo se ha desarrollado un entendimiento del hombre que solo se transforma mediante lo que decide hacer día tras día, que pasa de una ética totalizante elaborada por el mundo, a una metaética fundamentada en su propia vida.

CAPÍTULO 4

La dinámica entre el hombre, el mundo y Dios constituye un intrincado tejido de relaciones y reflexiones que nos invita a adentrarnos en las complejidades de la existencia humana. Desde las ideas de Rosenzweig sobre la autonomía de cada elemento y su potencial convergencia, hasta las perspectivas de Jung sobre los arquetipos y el inconsciente colectivo, este último capítulo nos plantea la interrogante de si existe una tendencia inherente hacia la unión de los elementos trabajados hasta aquí. ¿Es posible concebir una correlación autónoma y espontánea entre estos tres componentes, o son meramente supuestos dentro de la complejidad de la psique humana?

Asimismo, se plantea la posibilidad de invertir el camino hacia la superficie, escalando para obtener claridad y reconocer los nexos entre lo psicológico, lo social y lo espiritual desde una nueva perspectiva. A medida que se exploran estas ideas, surgen prácticas cruciales como la fe fortalecida por la observación de huellas en lo cotidiano capaces de brindar sentido.

Se anudan los diversos temas trabajados hasta aquí en torno a la Psicoterapia Compleja, presentada como un vehículo para este proceso de autoconocimiento y transcendencia personal. Se retoma la importancia de trabajar los elementos no como partes aisladas, sino como componentes interrelacionados que requieren un enfoque integral para su comprensión y manejo psicoterapéutico. Complementariamente, el amor desempeña un papel crucial en esta dinámica, al ser el lazo que une al ser humano con el mundo y con lo espiritual, potenciando su capacidad de autoconocimiento y crecimiento personal.

Este recorrido, invita a explorar más allá de las definiciones convencionales, a cuestionar nuestras suposiciones y a abrazar la complejidad de la experiencia

humana en la búsqueda por comprender el sistema complejo -psique-, el mundo que nos rodea y nuestra relación con lo divino.

DINÁMICA DE LOS TRES ELEMENTOS

Conviene pensar si los elementos trabajados hasta aquí poseen una tendencia originaria hacia su conjunción, es decir, ¿es posible concebir una correlación autónoma y espontánea entre hombre-mundo-Dios? Para Rosenzweig (1997), «No hay impulso, en ninguno de los tres, que los induzca a reunirse. Cada cual ha surgido solo como resultado, como conclusión: concluido en sí, con los ojos dirigidos al propio interior, cada uno un todo él mismo». (P. 127). Por ello, en cuanto a sus relaciones no hay certezas, solamente supuestos. Incluso en el interior de estos, prevalecen únicamente figuraciones.

Las elaboraciones alrededor de los tres elementos solo han sido posibles mediante un acercamiento a su facticidad, esto es, a los hechos que dan cuenta de ellos y que permiten elaborar hipótesis a partir de las huellas que dejan su presencia. Es por esto precisamente que el inicio y la pieza clave de este recorrido espiritual se fundamentan en la confianza. Fe fortalecida mediante el reconocimiento de los rastros mencionados.

El ser humano sufre una sensación de pérdida de sentido cuando las evidencias diarias de propósito dejan de ser suficientes o se vuelven imperceptibles. En ocasiones esto lo lleva a intentar ir a lo profundo con el afán de encontrar respuestas absolutas sobre los elementos. Así, el hombre abandona el simple asombro del día a día y decide insistir, enfermado. De nuevo, se enfrenta a la imposibilidad de saberlo todo: «La respuesta que recibe lo deja todo en la oscuridad, una oscuridad que distorsiona toda distinción. No hay fin para la duda y la desesperación». (Rosenzweig, 1999, p. 53).

Para Jung (2002), el anhelo desesperado de querer encontrar explicaciones no siempre proviene exclusivamente del campo de la consciencia, sino que

se origina a partir de dinámicas inconscientes que determinan la voluntad. Los arquetipos que constituyen el inconsciente colectivo poseen un grado de autonomía, al mismo tiempo que mantienen una interdependencia estructural que contribuye a la homeostasis del sistema psíquico. No obstante, en determinadas circunstancias, la acumulación excesiva de energía psíquica puede provocar una desvinculación extrema de algunos arquetipos, lo que genera un desequilibrio sistémico y, con frecuencia, una manifestación de malestar en el individuo.

Al respecto, la Psicoterapia Compleja PIC, propone que no solo se busque descender hacia las profundidades de la esencia en busca del todo, sino que también se invierta el camino. De esta manera, la idea sería permitirse también escalar hacia la superficie en aras de la claridad desde donde sea posible presenciar los nexos entre hombre-mundo-Dios y, así, conocer uno entre varios todos. Otra vez, el error radicaría en únicamente analizar los elementos, forzándolos a restringirse a una sola visión estática. «La ruta de ese movimiento de flujo tiene que originarse en los propios elementos, solo y únicamente en los elementos. De otra manera... no se confirmaría la imagen de la realidad en movimiento en la que vivimos». (Rosenzweig, 1997, p. 129-130).

El tratamiento de la PIC se genera a partir del diálogo complejo entre las partes/todo, evitando la omnipotencia ciega del pensamiento único. No obstante, entenderlo no es suficiente, hay que comenzar a vivir el cambio. A pesar de que en un primer momento es indispensable partir de algo, seguidamente hay que dar paso a la acción que permita una relación congruente con el mundo. Este cambio en la forma de entender y de vivir el día a día, se genera con la ayuda de un terapeuta que muestre el camino y que, aunque aborde los fundamentos expuestos hasta aquí, estos no serán aplicables a todos los casos por igual.

En otros términos, la propuesta de este trabajo se fundamenta en la idea de que el sujeto puede percibirse a sí mismo, a lo trascendente y al mundo a

través de la complejidad. Para ello, es necesario desarrollar un pensamiento complejo orientado a la salud mental desde las primeras sesiones.

La PIC, basada en principios humanistas, no se centra en la enfermedad y permite la incorporación de otras prácticas psicoterapéuticas que no estén limitadas por una visión totalizadora. En este panorama, el psicólogo que ejerce la Psicoterapia Compleja puede beneficiarse de su habilidad para navegar entre las diversas formas de abordar la comprensión del ser humano. Si bien esta perspectiva ampliada pasa por el filtro de su subjetividad, puede transmitirse a sus pacientes y facilitar el encuentro de estos con sus recursos sanadores. Conviene dejar claro que el contenido de los acontecimientos a trabajarse en sesiones deberá surgir del propio sujeto, travesía que ambos emprenderán hacia ese descubrimiento complejo de sí mismos.

Conocer diversas perspectivas permite cambiar el ángulo de mirada del observador y, en su capacidad de movimiento, está aquello que lo acerca a la realidad del otro sin verse tan limitado por una visión —o teoría—. Tal como, el sistema no puede concebirse solo en su estructura, sino también en cuanto a su función, sin dejar de lado sus fluctuaciones (De Pomposo, 2015).

El final de este recorrido psicoterapéutico dará lugar a un sujeto que, tras pasar por los laberintos de su mente —temores, complejos, ansiedades, traumas, repeticiones, distorsiones, etcétera—, establezca una armonía entre los componentes de su psique, conscientes e inconscientes. Un ser que logre transformar su manera de pensar y de pensarse. Y que, como resultado de ello, incorpore mediante sus actos eso que antes percibía como ajeno.

La enfermedad psíquica del hombre pasa por su manera de entenderse, de concebir al mundo y a lo espiritual. Además, es usual que detrás de un sinfín de variables que lo perturban, se encuentre su deseo de saberlo todo o de no querer saber nada (pensamiento lineal). Ante lo cual, resulta crucial que el sujeto parta de la exploración compleja de los componentes y de la dinámica, particular y colectiva, de su psique, en busca de sentido. «La mayor parte de mis casos ha recibido algún tipo de tratamiento psicoterapéutico, con

resultado parcial o negativo. Aproximadamente la tercera parte no padece ningún tipo de neurosis determinable clínicamente, sino falta de sentido y objeto en su vida». (Jung, 2006, p. 46). En palabras de Maslow (2016):

«Este mismo vínculo entre salud e integración de las fuerzas racionales e irracionales (procesos conscientes e inconscientes, primarios y secundarios) nos permite también comprender por qué las personas psíquicamente sanas son más capaces de disfrutar, amar ...» (P. 253)

La Psicoterapia Compleja deberá brindar al paciente pautas, en relación con los tres elementos, que lo conduzcan hacia una forma compleja de acercarse al entendimiento de aquello que le aflige. Como se mencionó, el método constriñe y crea una brecha entre el psicólogo y el paciente. Por ello, debe existir un acercamiento desde el pensamiento, pero en su condición de algo y no de todo. Además, es importante que se reconozca al procedimiento como parcial, ya que nunca podrá ajustarse plenamente a la realidad de cada paciente.

Asimismo, resulta indispensable señalar que, si el psicólogo no ha trabajado sus conflictos, es muy posible que sea arrastrado inconscientemente hacia ellos, llevándose consigo a su paciente. Igualmente, este último en base a su sufrimiento, que es en definitiva lo que lo ha llevado a consulta, intentará hacer lo mismo que se acaba de señalar con su psicólogo:

«El médico, al acercarse comprensivamente a la dolencia anímica del paciente, se expone a los agobiantes contenidos del inconsciente y a su efecto inductivo... Como el paciente lleva al médico un contenido activado del inconsciente, mediante el efecto inductivo —que siempre parte de proyecciones en mayor o menor medida—, se constela también en el médico el correspondiente material inconsciente. De este modo, médico y paciente se encuentran en una relación basada en la inconsciencia común» (Jung, 2006, p. 170).

Considerando este riesgo, el terapeuta, desde una perspectiva compleja, será consciente de que está influido constantemente por su subjetividad, que

guarda relación con la de su paciente. Asimismo, habiéndose responsabilizado de su propio proceso psicoterapéutico, compartirá con su paciente algunos principios hacia la comprensión parcial del ser. Pero, además, sabiendo que el verdadero cambio se efectuará en los actos y no en la abstracción de las ideas. «La mayor parte de mis pacientes lo sabían, pero no lo vivían. ¿Por qué no lo vivían? Por la razón que nos mueve a todos a vivir desde el yo. Esa razón es la sobrevaloración de la consciencia». (Ibid., p. 53).

Según lo desarrollado, se puede pensar que es más importante trabajar en el psicólogo que el método. Lo que sucede es que lo común del método no puede entenderse únicamente desde la posición del sujeto. Del mismo modo, al sujeto es irreal procurar entenderlo a partir del discurso metodológico. Es la vivencia cotidiana, basada en la confianza, la que verdaderamente aproxima al ser humano a su realidad:

«La fe traducida en obras se expresa en términos de amor al prójimo. No se trata de un añadido a la propia existencia ya constituida, sino que nos convertimos en lo que somos en la medida en que nos relacionamos con el prójimo, en la medida en que amamos en cada momento al más próximo a nosotros». (Belmonte, 2013, p. 339).

Así, el psicólogo que cree que su método lo impermeabiliza de la influencia del otro ya ha sido contaminado por una sobrevaloración de su razón. Mientras, aquel que se sabe vulnerable, pero que igualmente lidia con su incertidumbre ampliando su mente e incorporando nuevos saberes, se hace responsable de su condición humana, encontrándose en una mejor condición de guía.

EL AMOR Y LA PSICOTERAPIA COMPLEXA

La dualidad, a la que corresponde precisar como el doble rostro de algo, también está presente en el amor, el cual, siguiendo a Morin (1980), «es eminentemente falible y frágil; puede degradarse en un residuo egocéntrico

(la posesividad) o transmutarse en su antagonista (el odio)». (P. 512). Pero lo contrario del amor no es el odio, tanto como el desamor. Esa indiferencia que anula el acercamiento hacia otro quien podría ser complemento y espejo. Dado que es precisamente en el par donde el sujeto tiene la oportunidad de verse a sí mismo en ese alguien que, además, le brinda la posibilidad de amar.

El otro se presenta de forma reiterada como ese momento, esa ocasión para amar. Es en el día a día cuando, el más cercano, se presta para ser amado. Al amarlo, el individuo se ama a sí mismo, se descubre y gracias a él crece. «La gran lección de los verdaderos místicos, de los monjes zen, y ahora de los psicólogos humanistas y transpersonales, es la de que lo sagrado está en lo ordinario, que tiene que encontrarse en la propia vida cotidiana, entre los propios vecinos, amigos y familiares...» (Maslow, 1990, p. 331). «El amor al prójimo está siempre brotando; es siempre un volver a empezar desde el comienzo... necesita de decepciones para no enmohecerse, para no enrigidecer en acción organizada según esquemas, y seguir manando como agua viva». (Rosenzweig, 1997, p. 263). Así, este amor es el lazo que permite al hombre relacionarse con los otros (el mundo) y, a su vez, es posiblemente la forma más real de acercarse a Dios, al ser expresado en hechos. En consecuencia, lo más próximo, que representa lo más lejano, lo más alto, el todo, se pone a cada instante al alcance. Se trata entonces de un recorrido que va del yo al tú, para desembocar en el nosotros: «se aúna todo en el compás igual del coral del canto final polifónico. En él todas las voces se han hecho independientes; cada una canta la letra al modo propio de su alma. Pero todas estas maneras se adecúan al mismo ritmo y se unen en armonía». (P. 287).

Pero para amar se necesita tener fe, porque si no se confía en el otro, ¿cómo se le puede amar? Al respecto, cabe considerar lo difícil que puede resultar amar a quien mal corresponde, de ahí la importancia de la oración o la meditación como formas de guía del hombre para relacionarse con el mundo:

«Para comprender en cada momento qué es lo que debo amar, cuál es el prójimo al que debo dirigir mi atención, hay que orar (iluminar

el camino orando). Rosenzweig comprende que la oración ilumina, mientras que el amor actúa. En este sentido, la fe se presenta como una forma determinada de mirar, de orientar la mirada en el mundo». (Belmonte, 2013, p. 338).

Como se observa, la ausencia de amor es el mayor impedimento que puede pensarse que tenga el sujeto para entrar en armonía consigo mismo, con las personas que lo rodean y con lo espiritual. “Los efectos terapéuticos y psicológicos de la experiencia del amor-del-Ser son muy profundos y amplios...similares tiene el amor relativamente puro de una madre saludable hacia su hijo, o el amor perfecto de su Dios que algunos místicos han descrito. (Maslow, 2016, p.68)

Sin embargo, también se considera importante en este punto tratar un concepto que podría denominarse -amor mal entendido-. El amor mal entendido puede destruir disfrazándose de amor. Falsamente, quizás solo para el observador reflexivo, puesto que quienes matan por amor existe una convicción tergiversada que les hace creer que sus acciones destructivas son actos de amor. Maslow (2016) describe este fenómeno mediante el contraste entre “las dinámicas del amor-del-Ser (amor hacia el Ser de otra persona, amor no- deficitario, amor altruista) y amor-Deficitario (necesidad de amor, amor egoísta)”. (P. 68).

En esta misma línea, pareciera entonces que uno de los problemas principales por los que atraviesa el mundo de hoy no se deba únicamente a una falta de amor, como se expuso con anterioridad, sino a este amor deficitario. Al respecto remarca Morin (1980):

«Contrariamente a la opinión extendida, hay exceso, erupciones de amor. Pero estos desencadenamientos de amor son ciegos, delirantes, versátiles, están roídos por la angustia y se auto degradan en y por el egoísmo... Estamos en un momento en el que las peores represiones sobre los pueblos y la humanidad se benefician de los ardores y furores que se desencadenan en nombre del amor por los pueblos y la

humanidad. El amor se ha convertido, por eso, en su peor enemigo». (P. 512).

Es posible entrever cómo el amor, a pesar de su cualidad integradora, no escapa a la dialogía. En otros términos, no deja de ser complejo en sí mismo y, en una forma desmesurada puede mutar y ser generador de diversas problemáticas, tanto individuales como sociales.

Como se sabe, el amor en exceso anula al otro y le roba al prójimo la posibilidad de amar libremente desde su propia subjetividad. Rosenzweig (1997) advierte este hecho y aclara cómo debe concebirse al otro: «Él es como tú. Como tú, o sea, no tú. Tú sigues siendo tú, y debes seguirlo siendo. Pero él no debe quedar para ti siendo un él, o sea, meramente un ello para tu tú; sino que él es como tú, como tu tú; un tú como tú; un yo; alma». (P. 290).

Morin (2004) expone una de las principales causas de distorsión del amor al indicar que el pensamiento totalizante del ser humano ha generado acciones perversas que se atribuyen a sí mismas valores que no les corresponden. Y es que el daño mayor parece surgir de las certezas de la razón que impiden el natural equilibrio de la mente, que, además, al no encontrar un espacio para la reflexividad y el silencio, es presa de ideas fijas:

«La idea, medio de comunicación necesario con lo real, se convierte en lo que nos impide comunicarnos con lo real. La ilusión ideológica, y peor aún la mentira, se convierten en los problemas fundamentales del error humano. Nada hay más atroz que ver el triunfo de la astucia, la brutalidad y el terror proclamarse como triunfo de la justicia y la fraternidad» (Morin, 1980, p. 513).

El verdadero amor es enriquecedor para la vida en tanto sea inteligente, es decir, capaz de ser consciente de la ilusión y el error. En apartados anteriores, se nombraron a la reflexividad y al silencio como elementos clave para el encuentro del sujeto consigo mismo, lugar desde donde resultaría propicio el encuentro con su capacidad de amor altruista. Un encuentro que le permita amarse y, así, estar en condiciones de amar asertivamente al otro.

La reflexividad y el silencio deben integrarse en cualquier psicoterapia como agentes para la búsqueda de una transformación constructiva en la vida de los pacientes. «La introspección debe utilizar los logros de las psicologías de los fundadores, de los psicoanalistas, pero debe desconfiar de sus dogmatismos, de sus reduccionismos y de sus unilateralismos». (Morin, 2004, p. 103).

Precisamente, una propuesta capaz de reducir las distorsiones que se producen en nombre del amor debe fundamentarse en la ampliación de la conciencia del sujeto y, por ende, en repensar la manera en que este se percibe a sí mismo y a los demás. «No hay que olvidar que la conciencia se convierte en praxis cuando retro actúa sobre sus condiciones de formación, las sobre determina y crea nuevos comportamientos». (Morin, 1980, p. 514).

Es importante tener presente que la acción consciente es efectiva si es reflexiva. Volver a pensar sobre las acciones sin exceso, faculta un obrar que se reconoce como imperfecto pero que, si se fundamenta desde el acto amoroso, es capaz de encontrar mejores formas de obrar. Es por esto que la reflexividad planteada por el pensamiento complejo juega un papel trascendente, entendida como el acto de volver a pensar sobre lo pensado. Al final se trata de que, mediante la introspección, el sujeto asuma su condición de vida y no de simple existencia. Una vez más, no basta con las ideas, es necesario pasar a la acción, porque la vida puede ser entendida como «...algo que intenta afirmarse en su figura contra todas las fuerzas. La vida ofrece resistencia, resiste, a saber: contra la muerte. Esto es lo que la distingue de la mera existencia, que no es más que objeto, que no hace más que alzarse ahí, saber contra conocimiento» (Rosenzweig, 1997, p. 271).

Siguiendo a la obra *Tipos psicológicos* de Jung (2008), se puede añadir que la flexibilidad en el pensamiento difícilmente se logrará solo con otra forma de pensamiento, sino que solo es factible si se incorporan las emociones. Además, es crucial acercarse a la realidad no solo mediante la sensopercepción, sino también dar cabida a lo que escapa de los sentidos, por lo que se requiere dar espacio y reconocimiento a la intuición como fuente de

saber. Esto es posible en la medida en que se tenga un conocimiento complejo de la psique y de su dinámica.

Recapitulando la Psicoterapia Compleja, apoyada en el pensamiento complejo y, tomando los fundamentos de la psicología humanista y junguiana, permite una aproximación más amplia para entender la psique. Ciertamente, en terapia, los contenidos revelados no siempre serán los más nobles ni los socialmente aceptados, sino que habrá materiales diversos que adquieren una significación subjetiva a medida que se tornan conscientes. Es el impedimento de su expresión lo que los hace destructivos a gran escala, tanto cuando enajenan la mente de un sujeto como cuando irrumpen en formas violentas contra la humanidad.

«Así, la consciencia es a la vez actor y apuesta del devenir sujeto del hombre. Pero debemos saber también que los desarrollos de la inteligencia/consciencia dependen de procesos inconscientes de las profundidades tanto del ser individual como colectivo. Todo va a decidirse, pues, en la interfaz del genio inconsciente de la humanidad y de la toma de conciencia...». (Morin, 1980, p. 514).

Al retomar el amor como factor necesario en psicoterapia, cabe indicar que este es realmente indispensable a la hora de trabajar con el paciente. Se concibe un amor imperfecto como lo es el ser humano, pero que se potencia cuando es consciente de su imperfección. Se trata de una consciencia de que el hombre solo puede ser comprendido desde su carácter único, que escapa a cualquier medida creada por otros. El hombre tiene como limitación de su libertad solo a la muerte, que le es inevitable:

«En este sentido, el amor es la verdadera religión —en el sentido original del término—, ya que reúne lo hipercomplejo a partir de las individualidades egocéntricas, en sus caracteres más íntimos y subjetivos. Al mismo tiempo, esta idea «religiosa» y aparentemente irracional es la racionalidad de la hipercomplejidad: es ella la que, en el mismo seno del proceso de desintegración y de desunión, reintegra y reúne». (Morin, 1980, p. 51).

Además, se trata de un amor tan fuerte como la muerte (De León, 1958), porque para amar primero hay que destruir en cierta medida el egoísmo característico del yo. Así, podrá surgir el contacto entre dos seres que, más allá de sus personalidades, logran encontrarse a sí mismos. «Solo el amor del amante es esta entrega de sí mismo renovada a cada instante; solo él se dona a sí mismo en el amor. El amado recibe este don, y acogerlo es el don con el que responde». (Rosenzweig, 1997, p. 207). En este sentido, es importante señalar que reconocidos terapeutas humanistas han demostrado en sus estudios que, para la efectividad del tratamiento, la personalidad y el genuino interés del psicólogo por sus pacientes son más relevantes que el método empleado (Rogers, 2000; Yalom, 2018).

Como se vio a lo largo de este capítulo, el sujeto mantiene su característica singular, factor que lo distingue del mundo que es indiferenciado y universal. A pesar de ello, hombre y mundo se encuentran en estrecha relación y atravesados por lo divino. La libertad del ser humano solo puede entenderse desde su voluntad y es el amor bien entendido el que, a pesar de su dualidad, es el lazo de unión entre los tres elementos aquí estudiados.

SEGUNDA PARTE:

CASO CLÍNICO

INTRODUCCIÓN AL CASO “JIMMY”

En esta segunda parte del libro, se revisarán diez sesiones psicoterapéuticas llevadas a cabo con un adolescente de catorce años ingresado a un hospital de salud mental de la ciudad de Guayaquil, en el año 2009. Para preservar su identidad se han omitido y cambiado ciertos detalles superficiales de su biografía, sin ser estos elementos que tergiversen el sentido de la problemática, ni el tratamiento llevado a cabo.

Años después de recopilada esta información se ha añadido a los registros de proceso del caso Jimmy la sección titulada “PIC y Espiritualidad”, en la que, gracias a mis estudios más recientes, se reinterpreta lo ocurrido en las sesiones desde la mirada ampliada de la Psicoterapia Integrativa Compleja PIC. Por aquel entonces mis estudios se limitaban a la práctica del psicodrama y algunos fundamentos básicos del psicoanálisis y el humanismo, sin llegar todavía al conocimiento del paradigma complejo. En esta relectura y análisis de lo ocurrido en el caso, fue posible no solo reconocer tanto errores como aciertos del tratamiento, sino también comprender más íntegramente lo que sucedía en cada encuentro. Hoy en día considero que el éxito que alcanzó Jimmy, al transcurrir de las sesiones y a lo largo del tiempo, se debió principalmente al reencuentro con su sí mismo, hecho que le permitió reconectarse con sus propios recursos sanadores.

No dejo de recordar con impacto aquel momento en que lo conocí por primera vez. El paciente ingresó por emergencia bajo un estado elevado de alteración por lo que los enfermeros del hospital decidieron atarlo a su cama los primeros días. Su desorientación elevada le impedía atender mis primeras palabras hacia él que buscaban contenerlo. Decidí entonces acompañarlo junto a su cama en silencio, observando con tristeza a aquel niño en sufrimiento.

Lo acompañé sin poder intercambiar mucho con él, puesto pasaba de la agitación al sueño producto de las altas dosis de psicofármacos que recibía. Aproveché el tiempo para entrevistarme en algunas ocasiones con la madre quien, para mi asombro, se preocupada más por los otros internos del hospital y me ofrecía sus conocimientos en sanación natural para ayudarlos.

Al cabo de unos días y evaluaciones, Jimmy fue diagnosticado desde la psiquiatría con Trastorno Límite de la Personalidad. Aclarando que, aunque el diagnóstico no es un fin de la PIC, ni lo fue para mí durante el proceso terapéutico del caso, se expondrán los criterios evaluados en su momento por la institución, solo a manera de referencia. Según el DSM-IV se trataba de: Un patrón general de inestabilidad en las relaciones interpersonales, la autoimagen y la efectividad, y una notable impulsividad, que comienzan al principio de la edad adulta y se dan en diversos contextos, como lo indican cinco (o más) de los siguientes ítems:

Síntomas afectivos

- 1.- Inestabilidad afectiva debida a una notable reactividad del estado de ánimo (p. ej., episodios de intensa disforia, irritabilidad o ansiedad, que suelen durar unas horas y rara vez unos días).
- 2.- Ira inapropiada e intensa o dificultades para controlarla (p. ej., muestras frecuentes de mal genio, enfado constante, peleas físicas recurrentes).
- 3.- Sentimientos crónicos de vacío o inutilidad.

Síntomas impulsivos

- 4.- Comportamientos, intentos o amenazas suicidas recurrentes o comportamiento de automutilación.
- 5.- Un patrón de relaciones interpersonales inestables e intensas caracterizado por extremos de idealización y devaluación.
- 6.- Impulsividad en al menos dos áreas que es potencialmente dañina para sí mismo (p. ej., gastos, sexo, abuso de sustancias, conducción

temeraria, atracones de comida). Nota: no incluir los comportamientos suicidas o de automutilación que se recogen en el Criterio 4.

Síntomas interpersonales

- 7.- Esfuerzos frenéticos para evitar un abandono real o imaginado. Nota: no incluir los comportamientos suicidas o de automutilación que se recogen en el Criterio 4.
- 8.- Alteración de la identidad: autoimagen o sentido de sí mismo acusada y persistentemente inestable.

Síntomas cognitivos

- 9.- Ideación paranoide transitoria relacionada con el estrés o síntomas disociativos graves.

Por otro lado, de la mano de destacados representantes del psicoanálisis posfreudiano, la visión académica y expectativas sobre pacientes con diagnóstico de trastorno límite se podía resumir por medio del siguiente extracto:

“La mayoría de los investigadores consideran que existe una continuidad de la alteración limítrofe hacia la vida adulta...describe fallas crónicas en juicio de la realidad y en las relaciones objetales que prevalecen de manera silenciosa en todo momento en estos niños y continúan hasta convertirlos en “adultos raros”. Weil (1953) describe la misma progresión...Mahler, et al. (1984), O. Kernberg (2001), Kestembaum (1983), también apoyan esta tesis.” (Kernberg et al., 2002, P. 157).

Siguiendo los estudios del psicoanalista O. Kernberg (2001), con el fin de evitar esta arbitrariedad diagnóstica, Cancrini (2006) presentaba la posibilidad de hacer referencia a un “funcionamiento borderline”. Este concepto permitiría reflexionar el comportamiento límite desde la concepción de baja tolerancia a la frustración ante estímulos ambientales que conllevan al uso

de defensas primitivas. El tratamiento terapéutico de este funcionamiento desadaptativo, procuraba a la integración del yo en una edad en la que aún es posible realizar ciertas rectificaciones que permitan un mejoramiento en la vida del paciente.

Del lado de la PIC y el humanismo, como se ha venido desarrollando en la primera parte de este libro, el diagnóstico o el criterio de funcionamiento, obedecen a una descripción del mundo que responden más a un intento de calmar el deseo de saber del propio profesional, que ser de ayuda real para el paciente. A su vez, lo anterior obedece a la demanda del paciente, puesto que el sujeto suele pedir al experto que se le diga qué tiene para así encontrar un sentido a su malestar. Es decir, busca en el discurso de la ciencia un saber que solo le pertenece a él. Sumado a lo anterior, el diagnóstico de trastornos de la personalidad límite en adolescentes debe ser considerado con precaución, debido a que en tempranas edades la personalidad aún no ha terminado de establecerse completamente y etiquetar a un paciente con un diagnóstico definitorio podría considerarse iatrogénico.

Después de ser diagnosticado, Jimmy fue transferido al área de adolescentes donde únicamente podía recibir terapia psicoanalítica. Cabe mencionar que, por ese entonces, el psicoanálisis aun regía como el método para el tratamiento de los pacientes adolescentes y niños internados en varios centros de salud mental.

A pesar de ello, gracias a la apertura que en su momento tuvieron las autoridades de dicho hospital hacia mi trabajo, me fue posible la intervención en este caso en desde el Humanismo y el Psicodrama. Durante los aproximadamente setenta días en los que Jimmy estuvo internado, trabajamos regularmente una vez por semana.

Con el consentimiento del paciente y de los padres para usar las entrevistas como material investigativo, la sistematización se realizó grabando y transcribiendo cada una de ellas, para posteriormente sintetizarlas mediante la utilización de tablas de registros de proceso. Únicamente la primera sesión,

efectuada aún en el hospital, fue procesada a partir de anotaciones durante e inmediatamente posterior a su ejecución.

A pesar de lo relevante de los primeros encuentros en las instalaciones de la institución, el hecho de no haber sido posible grabar dichas sesiones contribuyó a que estas se dejaran por fuera del presente escrito, considerándose las consultas privadas el eje para este trabajo. De esta forma se ha procurado ser fiel al relato del paciente y las problemáticas centrales que surgían durante el tratamiento. No obstante, a continuación, se presentan algunos datos generales que pude recopilar en aquellos días previos al alta hospitalaria del paciente, material que el lector puede considerar como una introducción más precisa al estudio del caso.

*Datos de Filiación

Nombre: “Jimmy”

Edad: 14 años

Estado civil: soltero

Procedencia: Hospital de salud

Residencia: Guayaquil

Estudios: décimo año de colegio

Miembros del hogar: mamá, primo mayor, prima menor.

*Motivo de ingreso: “me estaba cortando los brazos y quería matarme” referido por el paciente.

*Antecedentes de la enfermedad

El paciente narra que ha intentado acabar con su vida en repetidas

ocasiones desde hace tres años, es decir, a partir de los once años de edad. Entre sus intentos suicidas recuerda haber ingerido todas las pastillas de un frasco y demás medicamentos que tuvo a su alcance, haberle prendido fuego a su casa (“para quemarme y no hacerle daño a mi familia”), cortarse en repetidas ocasiones los antebrazos con cuchillos. Lanzarse por la ventana de un primer piso. Ingerir veneno. También ha dejado de comer durante tres días, esto último, dice él, para escapar de la realidad.

Explica que a lo largo de su vida ha podido identificar tres principales miedos que son en orden de importancia: la soledad, la gente feliz y ver su propia sangre.

En numerosas ocasiones relata que el propósito de los cortes, son una especie de sacrificio para pagar con sangre el ser feliz, puesto percibe la felicidad como algo demasiadopreciado como para él. En algunas oportunidades ha sentido deseos de matar a su familia, lo que lo lleva también a cortarse. Sobre los cortes, recuerda una escena de violencia familiar en la que su madre aruñaba violentamente a su padre, cuando él tenía alrededor de los cinco años de edad.

El paciente manifiesta que desde hace algunos años atrás se ha sentido dividido, es como si habitaran en él dos personalidades. Por un lado, un niño pequeño de alrededor de 9 años (que pasa la mayor parte llorando) y, por otro lado, el adolescente que se presenta en las terapias. A raíz de esto surge una revelación, el sujeto tiene una manera de comportarse totalmente diferente en casa que la que tiene fuera de ella, cuando está con sus amigos, por ejemplo. Esta división es tan marcada que inclusive cambia su tonalidad de voz de un escenario al otro.

Refiere la sensación de un constante hueco en la boca del estómago. Al preguntarle qué significado le daría él a esta sensación, dice que es como si el niño de su interior quisiera salir. Él, por su parte, preferiría matar a este niño clavándose un cuchillo.

Cuenta que tiene las paredes de todo su cuarto, rayadas con palabras de un lenguaje secreto que él mismo ideó. La mayoría de estas palabras salen de su interior y claman por auxilio. Ayuda que en un momento de su vida le fue dada por la psicóloga de su colegio, pero expresa que ella solo conoció al niño pequeño por el lapso de dos semanas. Con esta profesional abordó principalmente un tema delicado de su vida, según él ya superado, que fue el haber presenciado encuentros sexuales entre sus parientes. Es decir, justo antes de que aparezcan sus intentos suicidas. Es importante detallar que vio a su primo, teniendo estos acercamientos sexuales, por primera vez cuando éste tenía catorce años (edad actual del paciente), sumado a que en algunas entrevistas posteriores manifestaría el miedo a ser como él.

Indirectamente ha reconocido escuchar voces comando, que le dicen que se haga daño. En una ocasión presenció al “diablo”, lo observó y sintió un frío inmenso que lo paralizó. Le escuchó decir: “Te tengo donde quiero, estás donde yo quiero”. En los momentos de crisis también escucha un jadeo. El paciente presenta movimientos involuntarios, uno se asocia a los momentos en los que se ha cortado, y otro que representa un intento de clavarse un cuchillo en el estómago. Indica que en su mente vive un profeta que predice todo lo que le va a ocurrir, siempre le presenta dos opciones una de destrucción; en donde matará a su propia familia, y la otra de esperanza; donde será artista y vivirá.

*Antecedentes familiares y personales

“Jimmy” tiene un primo mayor de diecisiete años de edad y una prima menor de once años de edad. Los tres viven con la madre del paciente, sus padres están separados desde hace ocho años aproximadamente.

La madre se refiere al padre del paciente como un hombre bisexual. Además, dice haber sufrido varios maltratos y humillaciones de su parte. Recuerda una ocasión en la que entró a su cuarto y encontró a su esposo masturbándose frente a su hijo, cuando éste tenía un año de edad. Por su

parte, Jimmy considera que su padre es un hombre bueno y en el fondo lamenta que se haya ido de casa.

Como se mencionó, en la primera entrevista con su madre, ella relató su interés por ayudar a la gente necesitada. Además, brindó ideas sobre cómo podrían recuperar a los pacientes del hospital con terapias naturistas. Las recomienda dado que esto le había ayudado a ella cuando tuvo problemas mentales acompañados de intentos suicidas. Cree que el padre de Jimmy pudo abusar sexualmente de él y que lo puede tener amenazado para que no hable.

Sobre su madre el paciente señala que ella escucha lo que quiere escuchar. Dice que tiene momentos en los que se comporta de una manera agresiva, que es como si fuera otra. Relata que la mamá decía que su padre era peligroso que lo puede matar, además le ha dicho que el papá pudo haber violado a su primo. Recientemente ella le habría gritado “pedófilo” al papá.

En lo que respecta al primo de la familia, la madre señala: “él no es normal”, encuentra en él comportamientos groseros y burlescos. Sumado a esto, dice tener la sospecha de que está metido en drogas. De su sobrina, expresa que ha tenido que detenerla para que no se suicidara.

El paciente mantiene una relación distante con su primo, inclusive en sesiones no habla mucho de él. Sin embargo, sí manifestó su preocupación de que, si dejara de comportarse como niño pequeño, perdería la oportunidad de que su primo lo abrazara. Por el contrario, hacia su prima muestra una atracción especial, dice que es bonita, que le gustan sus manos, sus piernas y que ella, por su aspecto físico, no parece su prima.

Dice que le tiene asco al sexo. Recuerda que, desde hace años atrás, su primo veía películas pornográficas y se masturbaba. Menciona que constantemente experimenta sentimientos de soledad. Agrega que una época de su vida esperó abrazos que nunca llegaron, en especial de él.

Jimmy tiene un amigo en el cuál confía mucho, lo conoce desde hace un

par de años. Lo ve como un hermano mayor, es su confidente y consejero. Este amigo ha tratado de acercarlo a la religión para salvarlo.

Por su parte el paciente menciona que las pocas veces que se siente bien consigo mismo, esto ocurre cuando toca piano, practica natación o dibuja. De grande le gustaría ser sacerdote, psicólogo o pintor.

En la actualidad, teme que su familia y/o amigos piensen en él como un enfermo, o que crean que finge sus problemas. Encontrarse solo lo angustia, al igual que pensar en sexo lo que le da un asco terrible. “El sexo me da asco, el sexo es lo peor”, refiere. Teme matar a su familia, en especial a su prima, el día que quemó su casa fue para quemarse él mismo y no matarla. A pesar de todo esto, expresa que dentro de sí también existe una luz que es pequeña y casi nunca aparece.

*Examen del estado mental

Aspecto y actitud

El paciente es de una estatura mediana para su edad. Cuida su aspecto personal. Tiene marcas de cortes en los antebrazos. De actitud colaboradora, presenta ciertos rasgos ansiosos hacia algunos temas que lo incomodan, rascándose la cara o los brazos.

Consciencia

Consciencia clara. Se relacionó coherentemente con el psicólogo y sabía lo que estaba pasando.

Atención

Euproxia, mantiene el curso de la entrevista. A pesar de que en ocasiones pierde la concentración y el contacto visual.

Lenguaje

Es claro y coherente.

Orientación

Está parcialmente orientado en tiempo y espacio.

Memoria

El paciente tiene memoria intacta a corto plazo. Deterioro de la memoria de mediano y largo plazo.

Inteligencia

Mantuvo pensamiento lógico.

Pensamiento

Claro y ordenado.

Sensopercepción

No hay alucinaciones, posiblemente residuos de delirios.

Afectividad

Estado anímico se notaba con buena predisposición y con sentido del humor.

Motricidad

Adecuada motricidad. Tanto fina como gruesa.

Supervivencia

Presenta ideación suicida. Anteriormente señala varios intentos suicidas.

Nutrición

Se alimenta bien, tres veces al día. En el pasado ha pasado varios días en ayuno.

Sexo

Asco al sexo, repulsión a la masturbación

Sueño

En la actualidad cumple con el mínimo de 6 horas de sueño. En ocasiones no duerme bien por ansiedad.

REGISTRO DE PROCESO 1.

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres.

1. Comentarios (única sesión registrada en el hospital):

Esta sesión tiene lugar tras la llamada de la madre del paciente al terapeuta. Esto ocurrió mientras el paciente aún estaba ingresado en el hospital. Ella refiere que Jimmy había intentado agredirla, por lo que tuvieron que intervenir los enfermeros. Al pasarlo al teléfono, el terapeuta escucha una voz temerosa (tonalidad femenina) que cuenta sentirse muy mal. Jimmy expresa su deseo de agredir a todo el mundo. Menciona, además, que ahora por fin el psicólogo ya conoce su otra personalidad.

Expresa que se siente muy mal porque su amigo Pedro fue a visitarlo y le dijo cosas que lo hicieron sentir muy triste. Jimmy cuenta que, en primera instancia, estaba muy ilusionado con recibir su tan anhelada visita, pero luego sufrió una grave decepción. Al preguntarle directamente qué fue lo que ocurrió, el paciente señala que Pedro le dijo: «Estas aquí (en el hospital) porque quieres. Tú eres el culpable de lo que te está pasando y solo tú puedes salir de esto...».

En este contexto, se escogió el psicodrama individual debido al riesgo que suponía realizar la variación bipersonal con un paciente en franca crisis, cuyo yo se encontraba debilitado.

2. Proceso:

Al llegar al hospital, se identificó al paciente junto a su madre, quien decidió marcharse luego de la llegada del terapeuta, no sin antes dejarle a su hijo algunas palabras afectuosas. El paciente se mostraba algo desorientado. Según dijo la madre, lo habían medicado para controlar su agresividad.

Momentos antes se había entrevistado con otro psicólogo, de lo que no pudo dar mucha información, dado su estado de agitación.

Se comenzó, entonces, a caminar lentamente con el paciente por el patio del hospital (calentamiento inespecífico). Pronto refirió lo que había sucedido con la visita de su amigo por la mañana, aunque en ese momento no lograba precisar si eso había pasado ese mismo día, como de hecho ocurrió, o si todo había transcurrido el día anterior. Así, se evidencia que Jimmy aún se encontraba desorientado en el tiempo.

Asimismo, se observaron elementos residuales de la crisis que acababa de experimentar; presentaba fuga de ideas y movimientos involuntarios. Mientras caminaban, el terapeuta procuraba emular sutilmente aquellos movimientos, a la vez que el paciente relataba con mayor detalle lo que había sucedido en aquella visita.

Jimmy narraba los hechos repitiendo constantemente lo horrible que fue para él escuchar a su amigo Pedro culpabilizarlo sobre su estancia en el hospital. Posteriormente, habló sobre su intento de agredir a su madre y comentó que ella llegó momentos después de que su amigo se fuera del hospital. Cuenta que, al verla, recordó a su amigo, por lo que decidió agredirla, pero pensando que ella era Pedro. Jimmy dice sentirse muy solo ahora que su amigo le ha dicho todas esas horribles cosas.

Se requirió a Fernando, un pasante sin conocimientos sobre Psicoterapia Integrativa Complexa, para realizar técnicas del psicodrama individual. El pasante aceptó brindar su ayuda y, desde ese momento, fue considerado como yo-auxiliar. Pero, antes de eso, se preguntó a Jimmy si le parecía bien que Fernando interviniera en el proceso terapéutico que iban a iniciar, en el que revisaríamos con mayor detalle lo que aconteció cuando Pedro lo visitó. El paciente accedió debido a la confianza que tenía en el terapeuta.

Después de retomar brevemente lo que le había ocurrido, ahora en compañía del yo-auxiliar, el terapeuta (director) le pregunta al paciente si estaría dispuesto a representar imaginariamente la dolorosa escena que

vivió con su amigo, esta vez en un entorno seguro y en compañía del equipo terapéutico. Para esta representación se sugirió, evidentemente, que el pasante representara el papel de Pedro.

Empezamos con un soliloquio del paciente (caldeamiento específico), en el que nos contó las palabras que su amigo le dirigió. Mi indicación al yo-auxiliar fue que prestara mucha atención a ellas. Una vez transcurrido este soliloquio, se empezó a dramatizar la escena.

Yo auxiliar: Jimmy, tú estás aquí porque quieres. Te lo digo por tu bien.

El paciente: sonrío.

Director: ¿No fue así como te lo dijo?

Paciente: No, él tenía una postura y una expresión diferentes. Lo recuerdo más serio. (Corte) Yo auxiliar: (corrige y repite la escena)

Paciente: Ahora sí se parece mucho a cómo me lo dijo.

Director: ¿Cómo te sientes ahora que lo escuchas de nuevo?

Paciente: Muy mal, no sé por qué actuó así.

Director: ¿Se lo preguntaste?

Paciente: No, tuve miedo de hablar, pero sí lo pensé.

Director: ¿Por qué no le preguntamos ahora? Hagamos como si estuviera aquí.

Paciente: Asiente con la cabeza y agrega: «¿Por qué me dices eso?».

Yo-auxiliar: Porque eres mi amigo y me preocupo por ti.

Paciente: Sí, pero yo no necesito que me digas eso, me haces sentir mal.

En este punto se da paso a un cambio de roles, dado que se percibe una actitud (paciente) más tranquila. Desde el papel de Pedro, Jimmy

es entrevistado por el director. Pedro se muestra como un sujeto bastante religioso, que siente mucho cariño por Jimmy y lo considera su hermano. Le pregunta por qué le dijo todas esas cosas al paciente. Contesta enfáticamente que lo hizo para ayudarlo. Al volver a realizar el cambio de roles, la escena continuó de la siguiente manera:

Yo-auxiliar: ¿Qué necesitas?, ¿cómo te puedo ayudar?

Paciente: Con tu apoyo, ya con que hayas venido me estaba sintiendo mucho mejor.

Yo-auxiliar: Tú sabes que siempre te voy a apoyar.

Paciente: Gracias, yo sé que es así. Comprendo que me dices todo esto porque quieres ayudarme, pero tu presencia es la que me da mayor fortaleza.

En ese momento, los movimientos involuntarios del paciente cesaron, y también se notó una reducción de su ansiedad. Su concentración era opuesta a lo que se percibió hasta antes de la dramatización. Es decir, prestó toda su atención a la escena.

Director: ¿Cómo te sientes en este momento?

Paciente: Liberado, quisiera darle un abrazo a Pedro (dirigiéndose al yo-auxiliar).

Director: Adelante.

Tras el abrazo, el paciente, mucho más calmado, comenta que quisiera que todo esto fuera real. Se da por concluida la fase de dramatización.

Al pasar a la etapa del compartir, el director señala que ha percibido en aquel proceso sentimientos muy intensos. Además, el terapeuta menciona que, en su propia experiencia, gracias al psicodrama aprendió que aquello que pasa en este espacio imaginario puede también contribuir a la práctica de cómo llevar nuestras relaciones interpersonales y, en el futuro, ejecutarlas en la realidad. Jimmy manifestó que le hubiese gustado poder actuar así, de la

forma en que lo hizo en el psicodrama, cuando su amigo lo visitó. A su vez, experimentó, sorprendido, el ejercicio como algo muy parecido a la realidad.

Por su parte, el yo-auxiliar agradeció la confianza y la apertura del paciente y también se refirió al abrazo como un acto muy especial, que percibió como auténtico. El director agradeció ese encuentro significativo, en el que recordó la importancia de abrirse con sinceridad al otro, expresando las emociones con asertividad, tal como Jimmy lo mostró en la escena.

3. Técnicas: psicodrama individual, caldeamiento, soliloquio, sincronicidad de movimientos, representación de roles, cambio de roles, compartir.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis.

Recordemos que, en sesiones previas, Jimmy reconoció en sí mismo dos personalidades. Una era la que tenía con las personas de fuera de su hogar, incluyendo al psicólogo. Esta personalidad constaba de una entonación de voz acorde a sus catorce años, además de una actitud madura y reflexiva. Por otro lado, estaba la personalidad de un niño de unos nueve años, miedoso, que pasaba la mayor parte del tiempo llorando. Esta última se reservaba únicamente para los miembros de su familia. Por tanto, se debe considerar la posibilidad de un trastorno disociativo en Jimmy. En esta sesión se pretendió mejorar la relación interpersonal entre el paciente y su amigo. Amigo que, en entrevistas previas, ya se presentaba, según los relatos del paciente, como un sustituto paterno. Este importante vínculo padre-hijo se vio trastocado en la psiquis del paciente cuando Pedro lo desvalorizó sin intención de herirle. Es posible que le recordara alguna otra escena en la que se sintió abandonado y/o descalificado por esta figura paterna.

La intervención cumplió con su principal objetivo, atenuar la ansiedad incontrolable del paciente. Al mismo tiempo, se consiguió que este experimentara de una manera mucho más activa el hecho de que fue él quien decidió callarse en el momento en que se sintió desvalorizado. Al modificar esta actitud en la realidad suplementaria, se pudo evidenciar un cambio en la dinámica relacional con su amigo. Está variante también habría ocurrido

en la realidad concreta si el paciente hubiese actuado como lo hizo en el role play. Aunque no tengamos certeza de esto último, lo que sí podríamos argumentar al respecto es que la puerta que abrió en su psiquis le permitió experimentar una respuesta diferente y salir del círculo vicioso en el que se encontraba.

4.1 PIC y espiritualidad

En momentos de vulnerabilidad, como ocurría durante la hospitalización de Jimmy, las intenciones amorosas pueden ser malinterpretadas o incluso resultar contraproducentes. A menudo, lo que se necesita es una presencia silenciosa y comprensiva, más que palabras que, aunque bienintencionadas, pueden ser percibidas como acusaciones o juicios. Es indispensable reconocer que cada persona procesa el trauma de manera única y que el apoyo efectivo debe ser sensible a sus necesidades emocionales y psicológicas específicas. El amigo de Jimmy, movido por su fe y cariño, buscó consolarlo, pero no tuvo en cuenta el estado mental de Jimmy ni el impacto potencial de sus palabras. La comunicación en tales circunstancias requiere una delicadeza y empatía extraordinarias, y a veces el mejor consejo es el que se ofrece sin palabras, a través de la compañía y la aceptación. El inicio de la recuperación de Jimmy, tanto física como emocional, dependerá en gran medida del tipo de apoyo que reciba. La situación de Jimmy ilustra un complejo entramado de emociones y relaciones humanas. En su desesperación, busca en su amigo una figura salvadora, un anhelo comprensible, pero que le supone una carga pesada. Pedro, aunque sin malas intenciones, responde con recriminaciones que, lejos de aliviar, agravan la herida emocional de Jimmy. Este intercambio revela una dinámica delicada: la necesidad de apoyo y la dificultad de proporcionarlo de manera efectiva.

La incapacidad del paciente para comunicar sus emociones y su colapso ante la desilusión son indicativos de una vulnerabilidad profunda. Su reacción, una mezcla de autodestrucción y agresión hacia los demás, es

una manifestación extrema de su dolor y su sentimiento de indignidad. Este estado de desesperación es un grito de ayuda, un llamado a la comprensión y la empatía que, en ese momento, parecen estar fuera de su alcance. Jimmy se encontraba muy lejos de un acercamiento amoroso con él mismo y con los demás; cuando llegó el psicólogo, estaba totalmente en el extremo opuesto de la creatividad o del encuentro significativo. No obstante, aquello de lo que se alejaba con agresividad y miedo es, precisamente, lo que el terapeuta intenta devolverle como un recurso desde las sombras.

El papel del terapeuta es crucial en este punto crítico. A través de la PIC, se intenta guiar a Jimmy hacia un camino de autoaceptación y amor propio. La creatividad y el arte se convierten en herramientas terapéuticas, ofreciendo un medio para que Jimmy explore aspectos de sí mismo que su crisis había oscurecido. Estas prácticas pueden abrir un espacio para la reflexión y el descubrimiento, y permiten enfrentar y transformar su dolor en algo constructivo.

En este contexto, la terapia se convierte en un escenario de posibilidades, un espacio donde la imaginación y la representación de roles ofrecen una alternativa a la narrativa destructiva que el paciente ha estado viviendo. Al crear un «nuevo lugar» imaginario, se tiene la oportunidad de ensayar respuestas más constructivas y sanadoras, tanto para sí mismo como para sus relaciones.

Es natural que Jimmy muestre resistencia al cambio, ya que enfrentarse a miedos y patrones arraigados implica enfrentarse a sí mismo. Sin embargo, la intervención terapéutica desde la PIC busca guiar al paciente hacia un entendimiento más profundo de sí mismo y de sus interacciones con los demás. La presencia de otro participante en la terapia, el pasante, actúa como un catalizador para la proyección y transformación de los elementos internos del paciente, lo que le permite explorar nuevas formas de comunicación más honestas y menos dañinas.

La búsqueda de lo divino, a través de la relación con el otro, permite trascender el dolor y encontrar significado en la conexión con algo más grande que uno mismo. La representación artística en la terapia ofrece un puente hacia ese entendimiento, donde el paciente puede, potencialmente, acceder a aspectos más positivos de su ser. A pesar de los riesgos asociados con la repetición de comportamientos agresivos, confiar en el deseo genuino de ayudar y en las habilidades del terapeuta proporciona un fundamento sólido para la esperanza de que el paciente pueda reinventarse y dejar de sufrir tanto. La transición del paciente hacia la creatividad y el amor propio es un proceso gradual y desafiante. Requiere paciencia, comprensión y, sobre todo, un compromiso con el cambio personal. A través de la expresión artística y la imaginación, Jimmy puede comenzar a ver su situación desde una perspectiva diferente, que reconoce su valor y su potencial para el amor y la conexión significativa.

En última instancia, esta sesión es un recordatorio de la complejidad de la psique humana y de la importancia de abordar el dolor emocional con compasión y creatividad. El viaje hacia la sanación es personal y único, pero conlleva la esperanza universal de encontrar paz y propósito en medio de la adversidad.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: explorar la psique de Jimmy y, secundariamente, considerar aspectos del diagnóstico de trastorno disociativo y trastorno límite de la personalidad.

7. Fecha de la próxima sesión: por definir.

REGISTRO DE PROCESO 2.

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres.

1. Comentarios (Inicio de sesiones en consultorio privado):

El paciente llegó a la sesión mostrando signos de ansiedad. A las primeras preguntas del psicólogo, contesta a todo con la palabra «perfectamente». Menciona que sí está tomando su medicación. El paciente manifestó su preocupación por ser escuchado por su primo y su madre, quienes lo esperaban fuera del consultorio.

2. Proceso:

Jimmy trae consigo un cuaderno en el que ha realizado varios escritos y dibujos. Dice sentirse muy mal en casa, ya que se pasa la mayor parte del día encerrado. Percibe que su madre y su primo lo vigilan constantemente, hecho que no es ajeno a la realidad, puesto que su madre indica que le preocupa que su hijo se escape de casa o intente agredirse.

Cuenta que desde que salió del hospital (hace aproximadamente diez días le dieron el alta después de haber permanecido internado alrededor de setenta días), nuevos personajes han aparecido en su mente. Estos le hablan y, en ocasiones, escucha gritos que lo perturban y quiere que cesen. Expresa que siente un deseo intenso de matar a su primo. Algunas de estas imágenes así se lo indican.

Manifiesta estar muy confundido en su hogar, ya que su madre le dice que su papá es un pedófilo y un asesino que intentó matarla. Por otro lado, cuenta que su padre le ha dicho que tiene una enfermedad incurable que se llama esquizofrenia. Expresa no saber quién es quién en su familia, por lo que preferiría acabar con todos de una vez. Expone que el día anterior a la consulta se escapó de su casa porque necesitaba encontrar algo. No quiere decir qué es eso inmediatamente. Al cabo de un tiempo, subraya que ese

algo es el amor, una idea que le transmitió uno de sus nuevos personajes, llamado Emanuel, quien le dijo que debía buscar el amor. También comenta que su intento de fuga, en parte, se debió a su intención de huir de la sesión terapéutica.

Me muestra algunos de sus dibujos y escritos con mensajes amenazantes hacia su familia, ideas de quemar su casa o de quemarse a sí mismo. En la actualidad, señala que está leyendo un libro de autoayuda. En esta sesión se le propone, para un futuro, trabajar con técnicas de psicodrama, como se hizo en el hospital. Accede al plan de tratamiento y le gustaría tener dos sesiones por semana. Finalmente se acordó que sea una sesión semanal. Pregunta cuánto se le va a cobrar y se muestra agradecido.

Quiere saber cuánto durarán las sesiones y cuánto tiempo nos queda. Se le responden sus dudas y se le aclara que podemos extendernos en el tiempo de ser necesario. Dice que se le ha olvidado algo muy importante que quería decirme.

Se da por terminada la sesión con el paciente y se pasa a entrevistar a la madre. Con ella se abordaron temas referentes a los horarios, así como la firma por escrito de la autorización de tratamiento y grabación de las sesiones terapéuticas para fines investigativos. Además, se le sugirieron ciertas recomendaciones con respecto a cómo manejar la comunicación en el hogar con Jimmy. Esto último con la pretensión de evitar que su deseo de protección haga que el paciente continúe sintiéndose presionado, además que, marcando cierta distancia, la relación terapéutica pudiera afianzarse con mayor facilidad.

3. Técnicas: Encuadre, empatía, aceptación incondicional positiva, genuinidad.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis:

El adolescente comenta que está muy confundido por los mensajes ambivalentes que escucha en casa. En una sesión anterior llevada a cabo

en el hospital, habló superficialmente de acercamientos de índole sexual entre sus primos, (quienes viven con él). Lo anterior, sumado a los conflictos previos a su internamiento, dan como resultado un entorno aún más hostil que atenta contra su estabilidad. El paciente se siente amenazado y observado constantemente por una madre que teme, con razón, una eventual fuga o algún acto agresivo de su hijo.

Los personajes de su mente le permiten escapar de este entorno. Estas imágenes constituyen una salida de su imaginario, con el riesgo de que terminen por controlar su mente. Existen episodios micro psicóticos congruentes con el diagnóstico de personalidad limítrofe. También se corresponden con el deseo de quemarse o cortarse.

Jimmy se refiere a estas conductas autolesivas como intentos de separarse de su dolor emocional, lo que le permite escapar hacia un intenso dolor físico, según describe. Sin desmerecer lo anterior, cabría explorar si, a su vez, estos comportamientos podrían tratarse de actos simbólicos inconscientes ante el deseo desesperado de purificación y nuevo comienzo.

4.1 PIC y espiritualidad

Desde su interior surgen desordenadamente imágenes representadas en personajes arquetípicos que lo perturban en su búsqueda por llegar a la consciencia. Los dibujos que trae consigo a esta sesión son, en efecto, representaciones que, a través de un arte confuso aún, parcialmente han podido encontrar un camino de expresión, cuyo fin es el reordenamiento de su sistema psíquico.

La exploración del inconsciente a través del arte es una práctica que podría permitirle al paciente enfrentar y comprender sus conflictos internos y emociones más profundas. Los dibujos mencionados son una manifestación de un proceso psíquico complejo en el que los arquetipos, esos modelos universales de comportamiento o personalidad, emergen en un intento de

integrarse en la consciencia. Estos arquetipos representan las dualidades inherentes al ser humano, como la bondad y la maldad, y su interacción puede reflejar el estado interno de caos o armonía psicológica.

En medio de una familia que resulta amenazante, parece que los personajes más reales de su vida se hallan en su interior. Allí, en las profundidades de su mente, se encuentran estos arquetipos que conviven y se retroalimentan con el exterior. Así, se tornan más o menos fuertes según la intensidad con la que se intente reprimirlos desde la conciencia. En sus crisis, generalmente provocadas por un desencuentro emocional con personas de su entorno más cercano, algunas de estas representaciones toman el control de su mente. Se hacen mucho más vívidas y sus voces resuenan con fuerza.

En casos extremos, estas imágenes llegan a inducirle a matar a quien le es más próximo afectivamente: su madre o su primo. Pero sobre este primo, cargado de afectos, aún no se descubren detalles; Jimmy no aporta matices de la relación, sino que se percibe una inusual distancia hacia él. La pregunta de «¿por qué es él tan importante como para querer asesinarlo?» es una reflexión que el paciente mismo no se hace y solo aparecen emociones destructivas, lejos todavía del sentido.

El papel del psicólogo es importante, ya que ofrece un espacio seguro y respetuoso en el que estas imágenes internas puedan expresarse y entenderse. La relación terapéutica busca proporcionar el amor y la atención que han sido anhelados, seguramente como contraste a las experiencias dolorosas dentro del núcleo familiar.

El amor que representa el personaje de Emanuel (que en hebreo significa «el enviado de Dios») simboliza este deseo de acercarse a lo más esencial, a lo trascendente. En definitiva, un llamamiento al encuentro que rompa con la dolorosa realidad de una familia que le ha herido durante años. Jimmy ha recibido un amor mal entendido que, en su afán de protegerlo, lo invade con sus propios conflictos. Ha sido víctima en silencio de los problemas y egoísmo de los demás. Por ejemplo, de su amigo que recientemente no pudo

ver más allá de su voluntad de ayudarlo y lo invalidó con palabras de aliento. De un padre al que percibe como frío y distante. De una madre ambivalente. Pero ¿quién más lo ha herido, de quién más ha sido víctima silenciosa? ¿Podrá volver a confiar, esta vez en el psicólogo?

Al respecto, es importante recordar que al inicio de esta sesión trae consigo dibujos que deja sobre la mesa, como material para trabajar. Parece un acto de fe. Habrá que esperar para ver si el psicólogo estará preparado para dejar de lado sus propias limitaciones y permitir que juntos puedan adentrarse en lo más profundo de la psique de Jimmy. Un lugar incierto para ambos, pero tal como lo supo expresar San Juan de la Cruz: «Para llegar al punto que no conoces, debes tomar el camino que no conoces».

5. Tarea: el psicólogo no envió tareas.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: trabajar con imaginación activa, buscar recursos internos, incluida la motivación de seguir con vida.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días.

REGISTRO DE PROCESO 3.

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

El paciente llegó a la sesión mucho más relajado con respecto a los encuentros previos. Esta vez viene acompañado de su madre y de su prima. Entra apresuradamente al consultorio. Trae en la mano su cuaderno de apuntes y dibujos.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar, que consta de un escritorio y sillas. Empieza el caldeamiento inespecífico, donde se abordarán diversos temas hasta llegar a los posibles tópicos que se representarán en el espacio imaginario. El terapeuta recuerda y pide autorización para grabar las sesiones, a lo que el paciente accede sin problema.

Jimmy expresa que se encuentra muy nervioso desde que su amigo «Pedro» le dijo que estaría fuera de la ciudad por los próximos diez días. Cuenta que, al enterarse de su ausencia, tuvo la sensación de que varios personajes de su imaginación comenzaron a acercársele, presionándolo y confundiéndolo. Señala, además, que uno de estos personajes lo agredió físicamente, pero que ese es otro tema. El paciente expresa que le gustaría trabajar sobre la dependencia que siente hacia su amigo, que es como un hermano mayor para él. También le gustaría trabajar sobre estos personajes que lo molestan.

Damos paso, con la aprobación del paciente, a trasladarnos al espacio imaginario. Comienza el caldeamiento específico. Se le pide que, en un soliloquio, hable de lo que se le viene en ese momento a la mente. Surgen los personajes de su imaginación (dice que son ocho en total) y algunos le piden que mate a todo el mundo.

Mientras camina, se le invita a que identifique a dos de estos personajes de su imaginación. Mediante el uso de sillas vacías, el paciente ubica a Emmanuel y al Niño vengativo.

Al ubicarse en la silla correspondiente a cada uno de estos personajes (luego de la representación de cada rol), el paciente distingue a Emmanuel como el amor dentro de sí. Por otro lado, el Niño vengativo es reconocido como la muerte, la parte destructiva de su interior.

Desde el rol de Emmanuel surge la confesión de que fue este personaje quien lo agredió físicamente, dándole una cachetada porque Jimmy se estaba masturbando.

Ahora, Jimmy se sitúa entre el amor (silla 1) y la muerte (silla 2). Se le pide que se acerque a la silla 1 e imagine cómo sería una semana de su vida. Después, lo mismo con la silla 2.

Al cabo de un momento de relatar cómo sería una semana de su vida junto a la silla 2, Jimmy, inconscientemente, da un paso hacia atrás. Este movimiento sutil se repite en escena, a petición del terapeuta, a cámara lenta, que es una técnica del psicodrama.

Seguidamente, Jimmy se sitúa en el centro, a una distancia simbólica entre las dos sillas, y se le pregunta cuál sería su decisión de vida.

El paciente responde que no puede decidir ahora (silencio). Señala que desea escapar, salir corriendo. Se toma el rostro, demostrando ansiedad. El terapeuta le hace saber que respeta su decisión de no poder elegir en ese momento (permanecemos en silencio durante un periodo prolongado).

De pronto, el paciente observa la silla 1. Se mueve hacia esta y su posición da la espalda a la silla 2.

Se muestra sorprendido por lo que hizo, confundido y admirado por su decisión. Indica que se siente bien, pero no sabe por qué se ha movido hacia esa silla. Manifiesta no haberlo pensado así.

Se da por concluida la representación. Vuelve al espacio preliminar para realizar la fase de compartir.

Se le pregunta qué le pareció lo vivido en la escena. Se trata de retomar lo experimentado, pero el paciente cuenta muy poco sobre lo trabajado. Muestra preocupación por el colegio y por cómo será su primer día después de haber perdido un año. El terapeuta prefiere dar valor y atención a sus nuevas demandas programando, además, un trabajo para ellas en próximas sesiones. El paciente arranca unas hojas escritas de su cuaderno y se las da al terapeuta para que las revise en otro momento.

Se da por concluida la sesión (duración: 50 minutos). Al salir del consultorio, el paciente regresa con una pregunta: «Ahora que he elegido el amor, ¿tengo que estar con él una semana?» A lo que se le responde: «Puedes hacer la prueba y mirar cómo te sientes, tú decides qué hacer».

3. Técnicas: psicodrama bipersonal, caldeamiento, compartir, soliloquio, concretización, distancia simbólica, simbolización, representación de roles, cámara lenta, imaginación activa.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis:

El paciente está pasando por una fase de cambio, tanto desde el punto de vista hormonal (en la fase de la adolescencia) como en lo que respecta a su readaptación a su hogar, después de haber estado internado en el hospital durante alrededor de un mes y medio. Siente culpa al explorar su sexualidad, probablemente por pensamientos asociados al acto masturbatorio.

Sobre el viaje de su amigo «Pedro», se nota que su partida, durante diez días, lo ha dejado inestable, pensando que quizás nunca más lo vuelva a ver. Sufre de fuertes sentimientos de abandono, tentativamente debidos a un

temor inconsciente, a una repetición de la ausencia paterna cuando este se fue de casa en su infancia.

Se debate al mismo tiempo con sentimientos de destrucción (matar, quemar su casa, herirse a sí mismo). Por otra parte, se debate entre dejarse llevar por el amor y la sublimación (estudiar, tocar la guitarra, dibujar, ayudar a los demás).

4.1 PIC y espiritualidad

La noticia del viaje repentino del amigo se recibe como una nueva desilusión, ya que quien habría estado más cercano a demostrarle un amor más genuino pretende irse lejos. Jimmy teme profundamente un nuevo desencuentro. Su mente lo atrapa pronto y le impide actuar de manera constructiva para salir de ese espiral de caos y sufrimiento.

Ayudada por técnicas de psicodrama, la Psicoterapia Integrativa Compleja (PIC) se fundamenta en la pretensión de concretar estos personajes mediante la construcción de una realidad imaginaria que permita pasar de estas ideas abstractas (realidad psíquica) a representaciones significativas en el lugar de la consulta (realidad física). El acto terapéutico sugiere una alternativa al caos de su psique, otorgándole un lugar imaginario a los arquetipos que invaden su mente a diario y que, en algunos momentos, toman por sorpresa su consciencia, impulsándolo a destruir a todo el mundo. Este mundo resulta ser, además, un lugar reiteradamente amenazador. Los otros le han hecho daño de diversas formas, lo que le ha llevado a desconfiar de ellos y de sus «buenas intenciones».

Estos ocho personajes de su mente forman parte de su saber inconsciente; sin embargo, aunque a veces él crea que lo son todo, no es así. Jimmy deberá aprender a verlos y experimentarlos también como partes, a las que habrá que escuchar. De lo contrario, desde la represión de los arquetipos y de los contenidos inconscientes que representan, estos seguirán irrumpiendo a

manera de complejos. Cabe recordar que, siguiendo a Jung, el sujeto no tiene un complejo; el complejo lo tiene a él.

Así, en apariencia el más destructivo de ellos, el «Niño vengativo», solo encuentra en algo compensación, también desmedida, por medio del arquetipo que simboliza lo espiritual, «Emanuel». Este último, que parece puramente constructivo, en realidad no lo es, porque es reactivo e impulsa, mediante la vergüenza y la represión de actos considerados «no buenos», el crecimiento desbordado del Niño rencoroso. Emanuel es en esencia vida y espiritualidad, pero estos son elementos que pueden distorsionarse hacia la culpa y el exceso de control. Al igual que el Niño vengativo es destructividad y rencor, conceptos que a primera vista solo parecen tener un aspecto negativo, pero que en armonía pueden ser factores de recuerdos y cambios necesarios para la transformación de su vida.

Siguiendo un pensamiento complejo, lo que a primera vista parece opuesto, en realidad es complemento. Igualmente se concibe a ambos arquetipos como potencialmente favorables o desfavorables en su particularidad. Son las vivencias y la intervención del ego de Jimmy los que deciden qué hacer con ellos. De momento, lo han llevado a intentar quitarse la vida en reiteradas ocasiones, sufrir un calvario y terminar hospitalizado durante casi dos meses y aparentemente condicionado a consumir psicofármacos de por vida, teniendo apenas 14 años de edad.

Desde los principios de la Psicoterapia Compleja, en esta sesión fue posible revelar estas dos caras de la misma moneda, concretizadas utilizando técnicas de psicodrama en dos sillas. Ante la amenaza de quitarse la vida o apostar por ella, ¿qué dice Jimmy sobre estas partes de su interior?

Concluida la intervención, pudo transitar del ensayo a la práctica y ganar tiempo, una semana. En ese instante su libertad para decidir se puso de manifiesto. Eligió la vida y otorgarse a sí mismo amor. En la sesión, lo hizo desde el acto que dice más que mil palabras: su cuerpo lo llevó a moverse hacia una nueva oportunidad de vida. A pesar de este logro, esta vida elegida

no podrá estar totalmente lejana de la muerte, puesto que algo en sí necesita morir para renacer desde un nuevo lugar. La mirada hacia su ser muestra un deseo contrario al de la voluntad inicial de acabar con el mundo.

Hoy se decidió por la vida, pero sin dejar de preguntarse rápidamente por el mundo y su constante amenaza: «¿Qué dirán de mí los otros, mis compañeros?, ¿me despreciarán?, ¿me volverán a herir?». Al ser el psicólogo también un representante de los otros, probablemente se cuestionará: ¿qué espera el psicólogo? ¿Me abandonará también si no cumplo las tareas?

Ya al final de esta sesión el terapeuta, desde la PIC, responde a su inquietud final devolviéndole la responsabilidad sobre su elección de vida con una intervención que hace entrever: «No soy yo, ni los otros, por ahora eres tú».

5. Tarea: No se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: Trabajar la dependencia hacia su mejor amigo. Realizar un proceso de adaptación en su reingreso al colegio.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días

REGISTRO DE PROCESO 4.

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

El paciente llega acompañado de su madre. Jimmy se apresura a entrar en el consultorio. Manifiesta que ha recordado que en la sesión anterior escogió el amor como opción de vida.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar. El paciente señala que recuerda de la última consulta su decisión en cuanto al amor. Con respecto al transcurso de la semana, comenta que existen escenas en su cabeza que lo invaden en las que aparece el personaje «El Niño vengativo» que lo invita a hacer travesuras. Dice que le gustaría destruir algo que, en principio, le cuesta mencionar.

En cuanto a su red social, expresa tener vergüenza de ver a sus amigos, porque se quedó de año por su internamiento. Por ahora comenta haberse refugiado en su fantasía. Se le recomienda trabajar en su imaginación exclusivamente en las sesiones terapéuticas.

Como objetivos a corto plazo, le gustaría mejorar su concentración y no perderse. Quiere saber en qué se pierde. Existe confusión sobre sus objetivos y sobre lo que los personajes de su mente le dicen que haga (expresa una gran confusión).

El terapeuta le comenta que todo está en su mente y que él tiene la capacidad de controlar su comportamiento. El paciente señala que tiende a tomar caminos equivocados. Se le recuerda que, en ocasiones pasadas,

también ha optado por realizar buenas acciones. Por ejemplo, cuando fue muy colaborador con sus compañeros en el hospital.

Indica no haber pensado en fugarse de casa en el transcurso de la semana. A pesar de ello, dice no recordar lo que le ha sucedido desde la última sesión. Parece desorientado en el tiempo. Niega tener ideas de hacerse daño, aunque menciona que se ha clavado agujas sin llegar a sacarse sangre. También dice que, si tuviera los materiales y el tiempo, se haría quemaduras. Cuenta que todo esto lo hace por no herir a las demás personas, por no ser un estorbo para todos.

Tiene miedo de querer matar a su amigo con un cuchillo cuando lo vuelva a ver (cuando este vuelva de viaje), y no sabe por qué tiene esa tendencia. Le pasa lo mismo con su madre y su prima.

El terapeuta expone la idea de sentir amor y odio por la misma persona como una experiencia normal. Jimmy menciona espontáneamente la palabra «rabí», que él mismo traduce como «maestro». Expresa no saber por qué esa palabra vino a su mente.

En concreto, manifiesta que en esta sesión quiere trabajar su relación de dependencia con su amigo. Cuenta que al principio él le parecía un tonto, estúpido, tarado, que amaba a un Dios tonto.

Señala que empezó a depender de él porque encontraba algo que no tenía en casa: un hermano mayor. En cuanto a su primo, aclara que no se hablan desde que salió del hospital.

Damos paso, con la aprobación del paciente, a trasladarnos al espacio imaginario. Comienza el caldeamiento específico con el tema posible de la dependencia hacia su amigo Pedro.

Mientras camina, se le pide que piense en imágenes que se le vienen a la mente sobre su amigo. Aparecen recuerdos de él tocando la guitarra en compañía de Pedro y otros compañeros. Expresa que se siente bien en esos momentos. Recuerda cuando él lo apoyó en una de sus crisis y lo ayudó.

Se le pide que personifique a su amigo en una silla. El paciente comienza a describirlo: es religioso, agradable. Físicamente, tiene ojos bonitos y rostro atractivo.

Además, nos narra una escena con su amigo (durante una crisis, en la que se había cortado). «Antes no quería hablar con él, ahora sí conversamos». El paciente menciona que hacía tres meses había tomado la decisión de no hablar nunca más con Pedro porque quería seguir su vida solo.

Dentro de esa escena, asumiendo el rol del personaje que se había cortado, cuenta que en aquel momento quería gritar, por culpa de su madre. Añade que hay un lado de su madre que nadie quiere creer: «Ella es paranoica, histérica».

Al surgir el conflicto de la relación con su madre, pasamos a explorarlo dejando de lado la escena de la crisis con Pedro. Se le pide que tome un cojín en representación de su madre (inmediatamente se percibe mucho miedo en el paciente). Mientras Jimmy describe a su madre, relata que muy a menudo ella se comporta de manera extraña.

Ya ubicado en el papel de la madre, manifiesta que quiere ver muerto a su esposo. Señala que el dinero es lo único que le importa. Asimismo, afirma que Jimmy tiene un demonio dentro y que ella lo sabe porque conoce esos temas. Aclara que quiere a su hijo con toda el alma, pero que a veces quiere irse de viaje y dejarlo solo porque le causa muchos problemas. También se queja de su sobrina.

De vuelta a su papel, se le sugiere a Jimmy que exprese a su madre sus sentimientos, pero él se niega y se le percibe atemorizado. Aunque sí alcanza a decirle que ella es muy impulsiva.

Desde el papel de la madre: no me escuchan, no me gusta que me hagan quedar mal frente a los demás.

Director (entrevista al paciente que interpreta a la madre): ¿Qué le diría a su hijo en este momento?

Desde el rol de la madre: si usted no estuviera aquí, le gritaría y nunca más lo volvería a traer a consulta por hacerme quedar mal. «Yo le digo a Jimmy que solo se preocupe de él y de nadie más. Yo sé cómo es la gente desagradecida, yo he sufrido. Mi madre me abandonó cuando era pequeña». Expresa que ya no quiere ser «la madre tonta» que todos engañan, y ahora está pendiente de todo lo que pasa a su alrededor y de todos los que quieren hacerle daño.

Jimmy, en su papel, (continúa bloqueado en una interacción directa con la madre) menciona: «Ella sabe que solo me tiene a mí, mis primos están del lado de mi padre. Si le digo algo, va a creer que yo también la abandoné».

Director: Te voy a pedir que imagines que tuvieras tres deseos que se te concederán con relación a tu madre. ¿Cuáles serían?

Paciente: libertad, empatía (saber sentir lo que otros sienten, explica), que sepa perdonar... perdón. Amor ya no.

Se da por concluida la dramatización.

Se vuelve al espacio preliminar para realizar la fase de compartir.

Se le pregunta qué le pareció lo vivido en la escena. Se trata de retomar lo experimentado, sin embargo, el paciente indica muy poco sobre lo trabajado. Empieza diciendo que, al principio, el psicólogo le resultaba algo amenazante cuando fue a verle por primera vez a la consulta. Jimmy pregunta si hicimos algo importante. De lo trabajado, recuerda muy poco; se refiere solo a la escena de su crisis y a los deseos que le pidió a su madre. El paciente hace muchas preguntas al azar y cuenta que en el pasado le han hecho tests de inteligencia y ha obtenido valores de genio.

Casi al final, menciona algo que le perturba: un pensamiento que quiere decir, pero le preocupa el tiempo. Pide ayuda para liberar algo que lleva dentro. Al fin cuenta que cree que tiene celos de su amigo porque él pasa tiempo con otros compañeros. Resalta que no le gustan los hombres y que

sus celos son de hermano. Al imaginarlo a él con otros de sus amigos, siente deseos de matar a todos.

Cuenta que nunca había hablado sobre sus sentimientos hacia Pedro y menciona que se siente en un espacio seguro donde puede expresarse. Indica que, de repente, tiene deseos de alejarse de él, pero a la vez siente celos. Al pensar en esto, muestra sentimientos de ira y frustración.

Al final, menciona que le aterra lo que su madre pueda contarle al psicólogo. Vuelve al tema de sus emociones acerca de Pedro. Dice sentirse ahora muy cómodo en la sesión y quiere seguir hablando libremente. Total: 1 h 10 min.

3. Técnicas: psicodrama bipersonal, soliloquio, cambio de roles, representación de roles, doble espejo, tres deseos.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis.

En esta sesión se reveló la tendencia del paciente a idealizar para luego desvalorizar a las personas. Esto se evidenció en el hecho de que antes odiaba a Pedro y ahora es su centro de atención.

Jimmy reconoce su gran dependencia hacia Pedro, con sentimientos ambivalentes. Es posible que en otros tiempos haya sido alguien más quien ocupara este mismo lugar. En la actualidad, existe la posibilidad de que ese sitio comience a compartirse con el psicólogo. Debido a la intensidad de las emociones hacia su amigo, surgió un miedo a la homosexualidad encubierto que en esta sesión salió ligeramente a la luz.

Además, aparece en escena una madre igualmente ambivalente que expresa amar a sus hijos con toda el alma, para amenazarlos prontamente con abandonarlos e irse de viaje. Una madre que le causa mucho temor al paciente, puesto que suele tener actitudes paranoides y se representa como alguien psicológicamente agresiva.

Él le pide libertad a su madre, porque sabe que ella lo ama, pero al mismo tiempo lo atrapa en un mundo paranoide lleno de venganza hacia el padre y rechazo hacia todos quienes se unan a este, incluidos sus primos que viven en la misma casa. El paciente sabe que el amor de su madre está mal entendido.

Por todo esto, le pide empatía para que sepa que esto no le hace bien a ninguno de los dos. A su vez, que intente sentir lo que él siente. Por último, que por fin ella pueda perdonar para así poder, quizás, cambiar.

4.1 PIC y espiritualidad

El hecho de elegir la vida no implica ignorar la muerte. Si esto es así, esta reaparece para buscar su lugar muchas veces a manera de síntoma. El arquetipo del niño rencoroso no va a desaparecer por mucho que, en un momento dado, se le haya dado un lugar en la consciencia. Se trata de integrarlo, para lo cual el contenido debe estar en libertad de manifestarse y retroalimentar al yo.

Ya que el paciente ha avanzado en el reconocimiento de este arquetipo y en su escucha, es posible que se sienta tentado a investigar por su cuenta estas partes más internas de su psique. No obstante, hacerlo con un yo debilitado conlleva un gran riesgo, por lo que no es lo recomendable en absoluto. Hay un peligro con las imágenes arquetípicas, ya que pretender controlarlas desde el yo solitario ocasiona justo lo contrario, en especial si no se sabe bien lo que se hace. Así, se remarca al paciente que la imaginación activa se abordará solamente en sesiones.

Al mismo tiempo, sería positivo para el reordenamiento de la psique un acercamiento a la espiritualidad sin la interferencia de estos personajes que tergiversan el camino. Y, aunque en Jimmy existe el deseo de trascendencia, no está listo para emprender este camino libre de distorsiones generadas por sus complejos.

El anhelo del ser humano por estar bien puede llevarle a apresuramientos contraproducentes. De hecho, en esta sesión, yo mismo caigo en un error al decirle que él puede controlar su comportamiento. Actualmente eso es más un deseo del terapeuta, que quizá se consiga más avanzado el tratamiento, pero que, por ahora, no es real y puede generar frustración en Jimmy al remarcarse sus limitaciones actuales.

Él se siente menospreciado por el mundo, incomprendido, por lo que preferiría matarlos a todos en lugar de continuar recibiendo su desprecio. En este punto, ya casi no tiene fe en los demás. En terapia, desde una perspectiva compleja y como una sutil invitación a no perder la fe, se le hace saber que detrás del odio coexiste el amor. En su mente, revive el momento en que pensaba que su amigo adoraba a un Dios tonto. Y es que, si bien ahora ya no lo piensa así, sin saberlo continúa muy lejos de ese Dios en cuanto a acciones se refiere. Atentar contra su integridad y querer destruir a los demás son actos opuestos al amor. No obstante, el amor del ser es que realmente podría acercarlo sanamente a su amigo, a los demás y a Dios. Siguiendo la PIC, lejos de explicárselo, se tratará de que, al vivenciarlo imaginativamente en el acto terapéutico, lo pueda reconocer y cambiar.

Al abordar la relación con su amigo, espontáneamente surge un complejo en el ánimo representado por la madre y la dinámica de esta relación. En el ánimo están los afectos, la feminidad del paciente, así como otros aspectos arquetipales relacionados con el Eros. También, como se mencionó, se constituye a través de la relación con los otros a lo largo de los años.

Al pedirle que imagine tres cosas que desearía de su madre destaca: el amor, no. Así, al volver la vista atrás, se observa la manera en que el amor asfixiante puede borrar la posibilidad del paciente de construir y respirar su vida. Se evidencia cómo el mal llamado amor, genera un profundo daño psicológico con el disfraz que lo hace ver bondadoso.

El psicólogo, desde su narrativa pausada, reflexiva y compleja, respetuosa con los silencios, ofrece a Jimmy un espacio favorable para que explore,

poco a poco, lo que era importante para él y lo exprese tal y como lo vive, es decir, como un terrible drama.

Esto hace de esta sesión una en la que el psicólogo ya no resulta amenazante, a diferencia de lo que ocurría con los otros. Le ha mostrado aceptación incondicional y, en definitiva, le ha dado muestras de genuino amor. En este sentido, a Jimmy también le gustaría que su amigo le brindase ese amor, pero al no poder tenerlo, siente el impulso irracional de atraparlo y, desde el pensamiento distorsionado, se obsesiona. Pedro encarna verdaderamente el discurso del mundo y, gracias a que este es un sujeto marcadamente religioso, incluso parece ofrecerle una salida desde lo espiritual que, en lo más hondo de su ser, la intuye como su única esperanza.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión:

Seguir trabajando la dependencia hacia su mejor amigo. Sustituir conductas de trastorno de la personalidad por conductas competentes. Trabajar sobre ejercicios para disminuir la tensión.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días

REGISTRO DE PROCESO 5.

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

Se procuró comenzar realizando técnicas de relajación guiada, orientadas a la reducción de la elevada ansiedad que trae el paciente a la sesión. Tras un prolongado caldeamiento, en el compartir surge en el paciente una ideación autolítica, por lo que se le propone representar una escena sobre este hecho emergente.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar.

El paciente se presenta temeroso, puesto que su madre le sugirió que no volviera a las entrevistas con el psicólogo. Él refiere que ella piensa que todo el mundo está en su contra. Jimmy manifiesta sentirse confundido, ya que no sabe en quién creer, y le parece que la madre ha comenzado a contagiarlo con estas ideas. Dice que empieza a creer que la gente lo persigue para hacerle daño, como a ella. Cuenta, por ejemplo, que hoy ha tenido que convencerla para que lo trajera a la cita con el psicólogo.

Le preocupa el litigio legal entre sus padres sobre su custodia. Señala que se encuentra entre la espada y la pared. El ambiente en el hogar está bastante tenso, según indica. En cuanto a su madre, dice que sigue amenazando con irse de viaje y cree que, si lo hace, es posible que termine suicidándose (la madre ya ha tenido en el pasado intentos de suicidio). Aclara que, en otras ocasiones, ella ya le ha insinuado que quiere quitarse la vida; por el contrario, subraya que él no amenaza, sino que actúa.

Cuenta que su madre lo presiona psicológicamente preguntándole con quién quiere quedarse viviendo. (En la sesión se le ve bastante tenso, con movimientos involuntarios e inquieto).

En lo físico, menciona que su organismo en general está bien, excepto por los problemas de corazón que tuvo años atrás. Indica que, cuando escucha sonidos repentinos, reacciona involuntariamente. También se ha comportado de forma extraña en los cumpleaños, agrediendo a las personas de su alrededor, en estados en los que expresa no ser consciente de lo que hace.

Otra cosa que le está molestando es la duda de si podrá cumplir los requisitos que le han pedido para volver al colegio. La ansiedad del paciente comenzó a dificultar la entrevista, hasta el punto de que el psicólogo tuvo que realizar un ejercicio de intención paradójica. Se busca aumentar la tensión de forma voluntaria durante un periodo de cinco minutos. Durante el ejercicio, el paciente sigue presentando varios movimientos bruscos de forma involuntaria, según él mismo señala. Al finalizarlo, la ansiedad se reduce levemente, aunque pronto vuelve a los niveles anteriores. Por lo tanto, la técnica no fue la correcta o fue erróneamente aplicada.

Al reanudar la sesión, el paciente continúa inquieto y agitado, como si le faltara el aire. Por ello, se realiza ahora un breve ejercicio de respiración controlada. Al calmarse un poco, se intenta continuar con la entrevista. A pesar de ello, se percibe un bloqueo en Jimmy. Se le pregunta por la medicación y cuenta que su madre le ha estado bajando la dosis según su criterio y que a él no le interesa. Se le enfatiza la importancia de seguir la prescripción médica. En este punto, el paciente únicamente responde a todo diciendo que está excelente (en realidad, cuando usa mucho esa palabra, es que todo está exactamente, al contrario).

Con respecto a irse a vivir con el padre, menciona que estar con el papá es «nada». Con la madre «todo» son gritos y voces que le perturban la mente. Vuelve a indicar que cree que se está comportando como ella.

(Caldeamiento inespecífico de 24 min)

Dado el bloqueo del paciente, se le invita muy cautelosamente a entrar en el espacio imaginario. Se le sugiere a caminar por el sitio y se le pide que realice ejercicios de respiración. Cada vez que se exhala el aire, se le

indica que imagine que sale de su cuerpo todo aquello que lo perturba. Se realizan dinámicas de caminata rápida, lenta, etc. Ejercicios de control sobre su cuerpo.

Poco a poco, se imagina una gran olla en el centro del escenario, en la que se va depositando todo aquello que le perturba. Nuevamente, Jimmy parece ir reduciendo sus niveles de ansiedad. Él llama a esa olla «la olla de Andrómeda».

Posteriormente, se le pide que imagine un lugar en el que se sienta cómodo, y elige un universo lleno de estrellas. Cada estrella representa algo; una es el amor fraterno (no el amor en general, específica), la estrella de la libertad, entre otras. Él escoge la estrella del amor fraterno y, a continuación, imagina cómo la incorpora lentamente en su ser. (10 min calentamiento específico).

Al pasar a escuchar sus comentarios sobre lo realizado, el paciente sugiere que el ejercicio le pareció real. Aunque hay otras cosas en su vida que considera más reales aún, sin especificar. Seguidamente, manifiesta que el ejercicio le ha parecido artificial (se le percibe afligido, aunque menos tenso).

Cuenta que quiere olvidar una idea que lo ha aturdido todo el mes y dice que no quiere contarle, que preferiría olvidarla. Atenúa esa posibilidad manifestando que en una ocasión Pedro se cortó sin querer y se curó rápidamente. Expresa que no recuerda muy bien todo lo que le ha revelado al psicólogo.

Procede a cambiar de tema entregándole al psicólogo una hoja de su cuaderno que contiene guías sobre sus problemas, doce recuerdos en total. Explica que los antónimos de esos recuerdos lo mejorarán. Aclara que ahí está la clave de todo.

De repente, revela que ha conseguido gasolina y fósforos. Señala que no sabe por qué los tiene. Agrega que el Niño vengativo que tiene en su mente lo convenció para conseguirlos.

Se le sugiere una escena en la que él se encuentre con estos objetos (17 min. Compartir).

Volvemos al espacio imaginario. Al interactuar con los objetos, cuenta que los esconde en un armario. Cuenta que los fósforos los ocultó en un cajón donde guarda sus mejores recuerdos.

Se le pide que asuma el papel del Niño vengativo. Desde esa perspectiva, expresa: «Hay que quemar a la reina del catolicismo. Ir a la capilla e incendiarla».

El terapeuta comienza a confrontar al Niño vengativo.

Desde el Niño vengativo, dice tener odio contra todo el mundo y comenta que, cuando una luz se abra hacia la realidad, podrá dejar el rencor. «Pero también puedo hacerlo a mi manera, quemando a la Virgen. No hay marcha atrás». «Todo parará cuando todos mueran, incluyendo su estúpida virgen».

Terapeuta (al Niño Vengativo): le pregunta si recuerda haber vivido alguna escena de abuso en su casa.

Desde el Niño vengativo, señala no querer hablar de eso... (silencio)

Ante el cuestionamiento sobre el porqué del miedo a hablar de esto, el Niño vengativo se mantiene en silencio. Después indica que quiere huir, cambia el tono y dice que quiere gritar, y se le escapan unas lágrimas. Expresa que necesita su espacio.

De vuelta a su papel, comenta que si quema a la Virgen eso terminaría todo. «Perderé el año, me expulsarán. Extrañaré a la gente, a los amigos». Jimmy se muestra ahora muy vulnerable.

El terapeuta le recuerda que él está allí para acompañarlo. Jimmy recuerda una canción religiosa y la canta poco a poco.

Pasamos al espacio preliminar para realizar el compartir. Relata que esa canción es la que suele cantar Pedro. Le preocupa que lo vea y sienta deseos de agredirlo.

Vuelve a surgir el tema de los celos e indica que imaginarse a Pedro con sus compañeros lo hará sentirse pequeño. Además, expresa tener miedo porque sus compañeros se burlarán de él por haberse quedado de año. Otra vez comenta estar preocupado porque se acabe el tiempo sin antes poder contar aquello que lo molestaba. Cuenta que, en su casa, tuvo una especie de sueño que vivió como algo muy real, donde se involucraban sensaciones corporales que percibía fuertemente. (Posiblemente experimentó una alucinación visual o táctil de carácter sexual). Finalmente, cuenta que en otras ocasiones ha tenido sueños compartidos con su prima. Comenta que ella últimamente está saliendo con un amigo y que se andan abrazando. Resalta que ahora ella se arregla más que antes. Total: 1 h 25 min

3. Técnicas:

Psicodrama bipersonal, intención paradójica, ejercicio de respiración, realidad suplementaria, representación de roles, escena sugerida, confrontación, imaginación activa.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis.

El ambiente en casa dificulta el trabajo y, además, la madre parece haber disminuido la medicación arbitrariamente.

Al intentar abordar el tema de la posible escena sexual entre sus primos, reapareció la problemática de Pedro y sus celos hacia él. Recordemos que el paciente manifiesta percibirlo como a un hermano mayor, por lo que quizá lo relacione también con su primo.

Con respecto a quemar a la Virgen, si lo hiciera, fantasearía simbólicamente con la realización del acto sexual con su prima virgen, hacerlo, implicaría el rechazo de Pedro, quien es, además, muy religioso y devoto. El temor por perderlo todo se asocia al temor a perderlo a él. Probablemente existe en Jimmy una fuerte identificación hacia Pedro como sustituto de su primo y del padre.

Le cuesta diferenciar entre fantasía y realidad. Narra sin detalles, posible alucinación visual y/o táctil. Es probable que esta alucinación haya sido de carácter sexual, fomentada por una fantasía con su prima, quien ahora se preocupa más por lucir atractiva dada su edad (11 años). A esto se suma que, en otras ocasiones, Jimmy ha reconocido que se siente físicamente atraído hacia ella.

4.1 PIC y espiritualidad

Como respuesta de su sistema psíquico frente a las amenazas de abandono, Jimmy sufre una marcada ansiedad. A pesar de que se ha logrado mejorar la alianza terapéutica y se ha creado en su vida un nuevo vínculo sano que le ha permitido volver a confiar, todo esto podría desvanecerse si su madre así lo decidiera. Solo gracias a la insistencia del paciente se pudo llevar a cabo esta sesión, aunque para él sigue siendo un tema angustiante.

A su vez, los padres lo están obligando a decidirse por vivir con uno de los dos. Según ha expresado Jimmy, su madre lo cuestiona bajo la premisa de traición y abandono si se decidiera por su padre. Paralelamente, ella amenaza con irse de viaje o quitarse la vida. Así surge el tema de la muerte. Jimmy, ya en desesperación, parece dispuesto a ir a su encuentro.

Su entorno es caótico. En su afán por entender o encontrarle un sentido a lo que está pasando, no encuentra asidero. Su ansiedad lo desborda hasta el punto de interferir en la psicoterapia.

Durante la sesión, el paciente parece alinearse con los deseos de su madre e intentar, inconscientemente, sabotear el proceso. Desde su interior, ella lo induce a no confiar en nadie más, ya que todos son malintencionados. Sin embargo, el amor que también habita en su interior le hace resistir y no abandonarse por completo.

En este escenario, dice querer quemar a la reina del catolicismo. En este simbolismo, se entremezcla el deseo de destruirla y, a la vez, purificarla,

transformarla y limpiarla. Al utilizar los símbolos religiosos, quiere destruir o purificar su interior. El ánima simboliza, asimismo, su deseo de acabar con sus propias emociones y con su sensibilidad, que lo hacen sufrir profundamente. Hay que recordar que los arquetipos se construyen a partir de experiencias reales del pasado. Así, se representa a la Virgen por personas en las que se depositan intensos afectos, que, además, se conectan con su feminidad (madre, prima). Es por ello por lo que, el complejo en el ánima dificulta al paciente conectar con las dimensiones más reales de su propia femineidad. Al mismo tiempo, se impide el encuentro con lo trascendente mediante estos símbolos. En otros términos, las experiencias de su vida han tergiversado este arquetipo hasta volverlo puramente destructivo. Jimmy se refiere a la Virgen como estúpida porque, desde su inconsciente, esta se distorsiona hasta el punto de ser percibida como la promotora de su propia destrucción.

Jimmy no es libre, las imágenes de su interior lo gobiernan. El Niño rencoroso actúa casi de forma independiente, ofreciéndole caminos desmesuradamente destructivos para así continuar prevaleciendo sobre los otros arquetipos. A su vez, induce a destruir a los demás en su vida cotidiana, quemándolos o matándolos. La sombra busca acabar incluso con la vida de Jimmy, impulsándolo a hacerse daño repetidamente. Estamos frente a una amenaza continua de aniquilación física y psicológica.

Por otro lado, la relación terapéutica busca ser una oportunidad para la esperanza. El psicólogo comparte con él, dolor y silencios. Se une a él a través del encuentro significativo y fortalece su debilitado yo. Le hace saber que no está solo en esta lucha, aunque a veces no haya espacio para la narrativa.

En esta sesión, esperan juntos en silencio la señal de algo más, alguna manifestación del sí mismo que genere una chispa de vida en él. Así aguardan la llegada de lo espiritual, impulsado desde el arte, la espontaneidad y una canción religiosa que emerge.

Tras recorrer con odio el drama de sus relaciones afectivas sin encontrar salida, surge una conexión con lo espiritual que se expresa a través de los

matices que ofrece el canto. Este llamado desesperado es acogido por el terapeuta. Juntos transitaron su infierno, pero al final se reencontraron desde otro lugar, uno marcado por lo armónico. Así, el canto tranquilizador de Jimmy brinda una nueva esperanza al final de esta sesión.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión:

Abierto. Si es posible, trabajar la desregulación conductual y la impulsividad para preservar su vida.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días (la sesión se ha adelantado por la crisis del paciente).

REGISTRO DE PROCESO 6.

Sesión (adelantada).

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

El fin de semana, el paciente llamó al psicólogo y le manifestó fuertes deseos de hacerse daño, específicamente de quemarse. Ante esta emergencia, se le pide al paciente que no realice este acto sin antes discutirlo en sesión. Jimmy accede a esta petición y la sesión se adelanta. Llega a consulta con un objeto religioso en la mano.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar. Jimmy llega muy callado y dice que los últimos días han sido demasiado «perfectos». «Demasiado perfectos», explica; horribles, catastróficos, desesperantes, angustiantes. Cuenta que se siente extraño, que no sabe si ciertos personajes de su cabeza son reales o no. Ellos lo perturban, también las personas como su madre y su padre. Señala que en casa hay tanta bulla y gritos.

También manifiesta que no debería estar en la consulta, sino en un hospital quemado. Indica que no sabe por qué no lo hizo. Relata que los personajes aparecen por todas partes como si lo persiguieran.

En cuanto a las personas del mundo, no entiende nada, todo le causa desconfianza, y añade que se siente perseguido por su madre. Ella le ha dicho que se va a ir a Europa. Esto le hace sentir asco. Pero si se va, dice que se volvería loco, y si se queda también.

Comenta que ha tenido ideaciones suicidas esta última semana y que ha llegado a tener en sus manos los objetos para quemarse. Señala que, del uno al diez, confía en su psicólogo con un cinco, que para él representa demasiado. Cree confiar en Pedro con un nueve. Cuenta que el viernes vio a Pedro y que no hubo mayores incidentes.

Mientras se le lee un párrafo de un libro referente a un paciente que logra contar un recuerdo reprimido relacionado con abusos sexuales, surgen en él un mayor número de movimientos involuntarios y se eleva su ansiedad (aprieta el objeto religioso en sus manos). Sobre la lectura, aclara que se identifica con el hecho de que, en el relato, tanto el chico como él, no logran recordar cosas del pasado. También dice que teme que el psicólogo lo juzgue. Jimmy menciona que ha tenido ataques los dos últimos días.

Al ser motivado a no tenerle miedo a su pasado, surge en la sesión un silencio bastante prolongado. Manifiesta sentirse desesperanzado. El psicólogo intenta seguir con la entrevista, pero los niveles de ansiedad del paciente aumentan. Se le percibe bastante ansioso e hiperventilado. Al no poder expresarse con palabras, se le sugiere que dibuje lo que siente.

El dibujo representa un brazo cortado y ensangrentado. También se ve en la lejanía, en una esquina, un pequeño corazón. El psicólogo enfatiza la presencia de ese pequeño corazón y los niveles de ansiedad se reducen un poco.

Se le invita a caminar por el espacio imaginario, pero la ansiedad aumenta rápidamente. Jimmy rompe en llanto y murmura la palabra «sangre». Luce descompensado, baja la cabeza y temblorosamente busca acercarse tímidamente. El psicólogo lo abraza para darle el apoyo que busca y le dice: «poco a poco. No sangre, intentemos otras cosas». En el abrazo, Jimmy reduce considerablemente los niveles de ansiedad. Ya más tranquilo, dice que quiere seguir explorando su mente. No obstante, por precaución, volvemos al espacio preliminar y dejamos de lado la imaginación como técnica por hoy.

A modo de explicación, se le hace un dibujo sencillo sobre las posibles repercusiones del miedo en la vida. Jimmy escoge una serpiente para representar su miedo. El psicólogo le pide disculpas por haberlo presionado en su afán por ayudarlo. Él lo acepta y le pregunta si recuerda sus dibujos, en especial uno de un verdugo con un cuchillo. Se le responde que sí y, más adelante, se le propone que sustituya los objetos que guarda para hacerse daño por dibujos o escritos. El paciente vuelve a mostrarse descompensado. No responde a las preguntas. Hace gestos agresivos y golpea la mesa. El psicólogo reencuadra: no agresividad dentro ni fuera de la consulta. Al mismo tiempo, lo motiva a expresarse por medio de la palabra.

Jimmy llora y teme que el psicólogo lo traicione y lo entregue (lo delate) a su madre. Se le pregunta qué haría él en su lugar. Señala que, si él fuera el psicólogo y su paciente se fuese a hacer daño, recurriría al diálogo. Se acepta su propuesta, a la vez, que se propone un pacto de no agresión y, bajo esos términos, se afianza el compromiso de absoluta confidencialidad. Jimmy se muestra conforme y mucho más calmado.

Cuenta que, en sus ataques, solo los abrazos de Pedro o los del psicólogo sirven para calmarlo. Los de su madre no, porque lo hacen sentir sucio y con ganas de agredirla. También refiere que otros psicólogos lo han abandonado cuando ha sufrido estos ataques, como los de hoy. Sin embargo, ahora expresa que respetará las reglas expuestas y el pacto. Termina la sesión murmurando: «Ya no voy a ver a Pedro».

3. Técnicas: Confrontación, reencuadre y sustitución.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis:

Jimmy empieza la sesión diciendo que en la casa solo se oyen gritos. Es un ambiente que agrava su situación, debido a la disputa legal que mantienen sus padres por su custodia. La paranoia manifiesta de la madre ha llevado a Jimmy a sentirse perseguido, al igual que ella.

Ante estas situaciones de elevado estrés e inestabilidad, el paciente parece haber experimentado brotes psicóticos. Esta sintomatología debería atenuarse con la medicación prescrita por el hospital, pero existen dudas sobre si la madre se la da o no (a lo que se suman las continuas amenazas de abandono, que agravan el cuadro). En Jimmy existe una ambivalencia entre sentirse querido, pero no atrapado en ese querer, como lo siente, por ejemplo, con los abrazos de su madre. Parece, además, que existen recuerdos traumáticos de escenas profundamente reprimidas.

4.1 PIC y espiritualidad

Los personajes claman por expresar contenidos inconscientes, al no ser atendidos, caotizan el interior de Jimmy y hacen eco de las problemáticas de su exterior. Él mismo refiere no saber cómo sigue ileso. A pesar de que en la sesión anterior apareció una esperanza, esta se ha desvanecido con el paso de los días. Con sus amenazas, Jimmy hace entrever que una vida así ya no tiene sentido. Solo parece aferrarse a un objeto religioso que trae consigo a consulta. Intuye que solo Dios puede salvarlo ante tanta desesperación.

Desde la PIC, se establece una conexión con lo espiritual mediante la relación terapéutica, un vínculo que implica acercarse al otro sin que interfieran los propios conflictos o deseos. El psicólogo es aquí el ser humano más próximo, alguien que, aunque con errores, acompaña a su paciente hasta el encuentro con su propio ser, resaltando sus recursos y su capacidad de amar pese a la adversidad. No obstante, hay muchos recuerdos dolorosos que no permiten que Jimmy pueda ver otra salida a su situación. En esta sesión se intenta tratar esos temas, porque se sabe que solo así estará en mejores condiciones de amarse a sí mismo. Pero, al ser invitado a enfrentar sus miedos más profundos, solo puede compartir su silencio y su dibujo como representantes de lo que siente ante este llamado que parece imposible atender. Una parte de él querría poder liberarse de aquello que tanto teme, pero no confía aún del todo en sí mismo ni, en consecuencia, en el otro que lo escucha.

Su ilustración simboliza la muerte, pero en la figura de un pequeño corazón, muestra sin saberlo claramente que aquello que destruye también tiene vida. Sufre porque aún puede sentir y porque sus emociones son tanto veneno como antídoto. El psicólogo remarca esta dualidad que el paciente tímidamente expresa en su dibujo. Lo invita a concebir la realidad desde un pensamiento complejo e integrador. Lo anima a seguir intentándolo, a no rendirse. Ante tanta fragilidad, lo abraza amorosamente, en un encuentro entre dos seres humanos sensibles ante el dolor. Así, el método pasa a un segundo plano cuando el sufrimiento solo puede comprenderse, de alguna manera, desde el acto amoroso.

Más tranquilo, Jimmy relaciona su grafica de la serpiente con sus miedos. Esto podría significar el temor ante el pecado, llevándolo a censurar todo lo malo que hay en sí mismo. No obstante, desde la sombra todo ese contenido lo controla. No se puede concebir pecador, pero es hacia eso hacia donde es arrastrado continuamente: blasfemia, daño a sí mismo y deseo de acabar con todos. Pero, aunque sus actos hieren a Dios, olvida que Él lo ama. Dios, independientemente de sus acciones, siempre está presente, ofreciéndole una nueva oportunidad para amar.

En este momento, su sombra muestra su agresividad, esta vez para atemorizar al psicólogo. Esto puede interpretarse como una defensa de su propio inconsciente ante los intentos de exploración terapéutica. Es como si dijera: «Si vamos al encuentro con el inconsciente, aquí mismo dejaré ver mi agresividad protectora». Dado que intuye que, al infundir temor sobre el psicólogo, este también, inconscientemente, retrocederá llevado por su deseo de hacer el bien y no ocasionar contratiempos. Así, el golpe en la mesa, la amenaza de morderse el brazo cada vez más fuerte, son defensas del inconsciente. Es el Niño vengativo que infunde miedo. Al mismo tiempo, es una prueba: ¿qué hará él, me internará, me acusará, me abandonará como todos?

Al recibir los límites que marca el psicólogo para poder proseguir con la sesión, Jimmy llora porque teme un nuevo abandono. El psicólogo le

devuelve la responsabilidad al preguntarle qué haría él en su posición. Su respuesta es el diálogo. Es decir, la dinámica entre dos lógicas de donde surgen habitualmente los pactos. Se aprovecha este lugar de acuerdo para fortalecer el compromiso más importante: que deje de hacerse daño mientras dure el tratamiento. Y así, ante la propuesta, Jimmy la acepta mirándome directamente a los ojos.

5. Tarea: Agrupar todos los objetos que utiliza para lastimarse y reemplazarlos por escritos o dibujos. Respetar el pacto de no hacerse daño.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: Trabajar la desregulación del sentido del yo e integrar su lado malo. Explorar su lado sano. Tolerancia a la frustración.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días

REGISTRO DE PROCESO 7.

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres.

1. Comentarios:

El paciente inicia la sesión refiriendo que no ha podido traer dibujos por falta de tiempo. Continúan sus problemas de memoria a medio plazo. Asimismo, se le identifica parcialmente orientado en el tiempo. Presenta movimientos involuntarios. Además, refiere que su madre ya ha encontrado varios objetos con los que suele lastimarse. Promete cumplir el pacto de no dañarse y lo considera importante.

2. Proceso:

Jimmy no recuerda muy bien cómo ha transcurrido la semana, casi nada. Sin embargo, evoca la última sesión en la que dijo haber tenido un ataque. Comenta que percibió su cuerpo bañado en sangre e imágenes que desbordaban su mente. Cuenta que aquel ataque es mucho menor en comparación con los que ha sufrido en el colegio.

En esta sesión le gustaría trabajar sobre «las metas». No logra especificar cuáles serían esos objetivos, solo que los percibe como gigantes. Se le invita al espacio imaginario. Se le sugiere concretar sus dos metas empleando dos sillas que quedan simbolizadas en el lugar.

Comenzamos el calentamiento invitándolo a rodear esas metas, realizando ejercicios de respiración y movimientos de estiramiento. Identifica una presión en su pecho. Se le pregunta: «Si esa sensación pudiera transformarse en un animal, ¿cuál sería?». Contesta: un canario.

Ahora se le invita a pensar en un lugar tranquilo y el paciente evoca un bosque. Lo imagina azulado, con luciérnagas, de clima húmedo, con muchos

árboles y algunos búhos. Visualiza escaleras hacia el cielo, al final de estas hay un objeto de metal. Lo desea, pero a la vez le teme. Aclara que ese objeto no es para dañarse, sino todo lo contrario.

Al imaginarse subiendo esa escalera, dice que va sintiendo sus piernas pesadas. Cuenta que se siente dividido entre el «quiere» y el «no quiere» alcanzar esa cosa. Procede a ubicarse primero en el lugar que quiere tomar ese objeto metálico. Explica que es un sueño reprimido que, al cumplirlo, le permitiría volar. Desde el «no quiere», indica que no quiere acercársele porque es muy grande, no cree merecerlo. Piensa que, si lo toma, no habrá marcha atrás.

Se le invita a dejar esos roles, y parece algo agitado y ansioso. Se le propone juntar esas dos partes, el «no querer» y el «querer» (se coloca una silla sobre la otra). Ahora se le pide que se siente sobre las dos, enfatizando que ambas forman parte de sí mismo. En ese momento, expresa que siente que está a punto de salir de una jaula en la que ha estado atrapado durante años. (Parece aún confundido y, en menor medida que en la última sesión, continúan los movimientos involuntarios).

Cierra los ojos y se visualiza en el bosque acercándose mentalmente a ese objeto. Dice que teme lo que su psicólogo pueda pensar de él. Se le sugiere concretar en almohadones dos factores que le ayuden a acercarse al objeto. Elige: almohadón uno=confianza; almohadón dos=aplausos.

Piensa que, en realidad, esto no es tan importante. Aunque contradictoriamente, cree que esa cosa puede cambiar su vida y esto le parece estúpido. Siente fuertes deseos de cantar. Concentrado con los ojos cerrados, toma el misterioso objeto entre sus manos (que resulta ser un micrófono) y teme que se le escape.

Trata de tomar fuerzas, expresa estar conectado con lo más profundo de su ser. Dice sentirse increíble, libre. Comenta que vuelve a sentir ganas de cantar. Quiere aprovechar el momento. Súbitamente, señala que algo le sucedió hace cinco años que cambió su vida, pero no recuerda qué. Por fin

se libera y canta. Cerramos la imaginación activa en medio de los objetos, la confianza y los aplausos.

Pasamos al espacio preliminar para el cierre. Expresa que se ha sentido increíble, como si hubiese sacado algo de la nada, y le gustaría practicar más la libertad. Desea aprender a cantar tomando cursos. Comenta que el micrófono ya no le parece tan grande. Pero ahora recuerda que, cuando sus amigos lo han aplaudido, él se ha sentido luego muy triste. Estos recuerdos vienen a su mente y ahora se siente demasiado triste. Y cuando está triste, indica que suele cortarse. El psicólogo sugiere que esa tristeza puede ser miedo al rechazo. Jimmy le pregunta: «¿Por qué siempre acierta?». Y enseguida agrega que para no sentirse triste necesitaría un abrazo. Continúa el diálogo y el psicólogo le explica que existen otras formas de mostrar cariño además de los abrazos.

Jimmy parece comprender. Casi al final de la sesión me muestra una aguja con la que suele pincharse el pecho y otros objetos que usa para lastimarse. Aunque con cierta duda y dificultad, me los entrega espontáneamente, recordando el pacto de la sesión pasada.

3. Técnicas:

Respiración, relajación, escena sugerida, concretización, representación de roles, imaginación activa, desarrollo de pensamiento complejo.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis.

Al inicio de esta sesión se le notó ansioso, muy posiblemente por el ambiente en casa y los días difíciles que ha estado atravesando.

En la acción imaginaria, el paciente pudo enseñarnos su lado sano, espontáneo y creativo. Paradójicamente, la representación de un objeto metálico (cuchillo/micrófono) permitió que esto sucediera.

La tristeza seguramente apareció ante el temor al rechazo, pero al no producirse este, terminó siendo todo muy constructivo hasta el punto de

que, ya al final, le permitió entregar instrumentos con los que usualmente se lastimaba.

Es posible que en esta intervención se hayan creado nuevas conexiones neuronales sanas en respuesta a los demás (sus amigos). Esto le brinda la posibilidad de, en un futuro, manejar los sentimientos de rechazo tal y como lo hizo hoy, expresándose y dialogando, y no con conductas autolíticas, como ha estado acostumbrado.

Jimmy mencionó brevemente un hecho que cambió su vida años atrás; posiblemente se refiere a un encuentro sexual entre sus primos del cual fue testigo.

4.1 PIC y espiritualidad

La esperanza que surgió del encuentro significativo con su psicólogo en la última sesión potencia la creatividad de Jimmy. Esta vez, alineado con su voluntad de ser aceptado, trae espontáneamente el deseo de construir algo, a lo que él llama metas. Estas pueden ser trampas que ante la decepción lo inclinan hacia la muerte, ocasionada por objetos metálicos con los que se ha hecho daño (navajas, cuchillas, agujas). En cambio, estos anhelos pueden llevarlo hacia la vida, como un objeto metálico con el que canta (un micrófono). A ambos escenarios los imagina lejanos, pero aspira alcanzarlos.

Su falta de amor propio le hace ver el micrófono gigante como si fuera demasiado para él. Así, podemos apreciar la lejanía de su yo con respecto a elementos constructivos y significativos. No obstante, encuentra en su imaginación y en el arte un vehículo para conectar con su creatividad e intuye que ese encuentro es sanador y trascendente. Y es que la música puede conectarlo con sus emociones reprimidas, permitiéndole expresarlas simbólicamente y cantar en un escenario en el que, por fin, pueda ser escuchado su dolor. Gracias a este lazo simbólico, es factible propiciar el encuentro tanto con su interior como con los otros. Es decir, pasar del miedo y la agresividad que le rodean a un lugar de calma y conexión con lo espiritual.

Desde la psicoterapia integrativa compleja (PIC), se le ofrece ese espacio para la imaginación, invitándolo a explorar la complejidad de su psique. Así, se genera un encuentro con la expresión artística, cuyo público es, por ahora, imaginario en su mayoría, aunque con un testigo que lo ancla en lo real: el psicólogo.

La PIC puede ser una experiencia liberadora, ya que permite a las personas experimentar con diferentes aspectos de su identidad en un entorno sin juicio. El paciente puede probar nuevas formas de ser y relacionarse, lo que conlleva un crecimiento personal significativo que podría conducir a cambios positivos en la vida real. El papel del psicólogo es fundamental, ya que actúa como un observador activo que valida y da sentido a la experiencia, asegurando que el proceso creativo se mantenga enraizado en el desarrollo personal constructivo.

Desde la técnica de las sillas vacías no se suprime el miedo a expresarse, sino que se acepta como parte de aquello por lo que hay que pasar. Es, al igual que sucede en la vida, una complementariedad. Posteriormente, esto mismo ocurre entre el querer y el no querer. Finalmente, Jimmy se decide a aprovechar el momento. Y es eso lo que tenemos los seres humanos: momentos, instantes para decidir qué hacer con nuestra existencia, sin tener por ello que abandonar del todo aquello que parece opuesto a lo que se elige.

Así, tal como a través de su melodía, los canarios comunican su presencia y su deseo de interactuar con el mundo que los rodea. El instinto de Jimmy es el motor que lo lleva a cantar, simbolizado en ese canario, ofreciendo una metáfora inspiradora de la vida y la libertad. Jimmy optó por un acto de creatividad y amor. Pero ¿cómo fue posible? Debió amarse primero. Y, ya casi terminada la sesión, así lo demuestra. Se había estado cuidando. Traía consigo varios objetos con los que solía hacerse daño y se los entrega al psicólogo. Se había amado y fue capaz de amar.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión:

Seguir integrando el yo. Trabajar en la desregulación conductual y la impulsividad (para preservar su vida). Tolerancia a la frustración.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días

REGISTRO DE PROCESO 8.

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

La madre realizó una llamada previa para decir que el padre del paciente será quien lo llevará a esta sesión. Comenta que este tendrá la custodia de Jimmy por mutuo acuerdo. En esta sesión se observaron varios progresos por parte del paciente.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar. Jimmy comenta que en casa de su madre se aburre, por lo que logró expresarle que preferiría pasar más tiempo con su padre. Relata que con este último pasa más distraído, de un lado a otro, acompañándolo en su trabajo.

Igualmente, expone que en ninguno de los dos lugares se siente cómodo. Por otra parte, indica que estos días le responderán sobre su posible reingreso al colegio. Cuenta que escondía varias pastillas de litio, sabiendo que si se las tomaba de golpe podía ser mortal. Aclara que por ahora ya no las esconde, porque ha encontrado cierta calma al tomarlas. Explica que estos medicamentos le quitan las emociones, en especial la envidia.

Prefiere ser como un robot sin sentimientos. Dice haber investigado que ese tipo de medicamento se lo recetan a personas con trastorno bipolar (se le percibe bastante relajado y con ciertos rasgos narcisistas).

Comenta que ha logrado descifrar su enfermedad analizándola en cubos con conexiones complejas. Dice que el diagnóstico bipolar es muy simple y que le da pena que se etiquete a las personas con diagnósticos.

Manifiesta que ayer tuvo una crisis. Se sintió encogido y observaba guitarras gigantes a su alrededor. Las guitarras le producen miedo. No entiende por qué ha tenido estos ataques, ya que él ya se considera curado. Menciona que, antes de ingresar en el hospital, estaba bien, aunque vivía en su mundo de fantasía.

Le sorprende que el psicólogo esté tan tranquilo. En su casa todos están siempre inquietos. Antes de la crisis, cuenta que su padre estaba tocando la guitarra y, de repente, todo se nubló y empezó a escuchar la música muy alta. Además, recuerda que solía agredir a personas cuando las escuchaba tocar la guitarra en la iglesia, especialmente si eran su primo o su amigo.

Al pensar en la guitarra, dice sentirse desnudo. No está seguro si es una memoria real, pero recuerda estar sin ropa tratando de cubrirse mientras escuchaba música junto a un profesor que parecía un gigante.

(Se realiza un breve ejercicio basado en la prueba de asociación de palabras de C. G. Jung.) Prima = estúpido, colegio = gigante, profesor = extraño, guitarra = desnudo, desnudo = sexo, sexo = semen, papá = lejos, mamá = melosa, primo = antipático, Pedro = hermano, exnovia = cariño, semen = asco.

Concluido el ejercicio de asociación, señala que él piensa que puede haber una salida, al mismo tiempo que dibuja una cruz en la mesa con la mano. De pronto, recuerda al primo cuando manoseaba a su prima. Jimmy olvida haberle contado ya algo de esto al psicólogo. Ahora, sin dar detalles, agrega que fue cómplice y se siente culpable por eso. Reconoce que esto le pasa varias veces por la cabeza.

Rápidamente, cambia el tema y regresa al recuerdo en el que se encontraba desnudo, cubriéndose frente a un profesor de música. Jimmy menciona que hizo algo que cambió su vida. Sin embargo, no distingue si esto es real o fantasía. Agrega que, en otras ocasiones, al escuchar a su primo tocar la guitarra se escondía y se hacía daño.

Dice que piensa que la guitarra antes no era para él. Actualmente, voces en su cabeza le impiden tocar la guitarra. Al pensar sobre qué trabajar en esta sesión, muestra movimientos involuntarios que le dan vergüenza. Prefiere caminar para ver qué tema surge para trabajar.

No quiere recordar que la última vez que estuvo trabajando desde su imaginación, interpretó una canción. Pensar en eso lo hace sentir desnudo. Expone: «A veces el escenario te puede hacer sentir libre, otras veces te puede hacer sentir desnudo».

En este momento, Jimmy indica que se siente como en casa. Se trabaja la respiración mientras camina por el espacio. Visualiza un objeto rodeado por muchas luces a su alrededor. Se le invita a convertirlo en persona y describe a un señor gordo, vestido con muchos colores, estrafalario.

A este personaje le pone por nombre Luis, un profesor de arte. Lo imagina rodeado de alumnos. Desde el punto de vista de Luis, se presenta como una persona que está al cargo de muchos estudiantes, que viene a animar. De repente, siente un bloqueo y señala que no sabe nada sobre Luis. Deja de lado al profesor por un momento y trae a la mente a un personaje de su mente llamado Emanuel. Este personaje de su imaginación es quien lo ha apoyado en sus momentos de tristeza más profunda desde hace mucho tiempo atrás.

Desde la perspectiva de Emanuel, relata que se conocieron porque Jimmy lo encontró tocando la guitarra. Este personaje es muy amigo de Adí (que representa inconscientemente a su prima), de hecho, si se va, se llevaría a Adí, explica.

En el rol de Emanuel, aclara que últimamente Jimmy no lo ha tenido en cuenta. Antes siempre lo abrazaba. Sabe que se tiene que ir, como los otros personajes que ya han estado desapareciendo últimamente.

Al regresar a su propio rol, reitera no saber nada sobre el personaje de Luis y prefiere sacarlo de escena. Así lo hace. Quiere aprender a tocar la guitarra porque se sentiría orgulloso de hacerlo.

Acepta que ha estado relegando a este personaje de su mente porque no es real. Al referirse a Emanuel como: no real, Jimmy expresa sentir dolor, como si se lo estuviera diciendo a sí mismo.

Desde el papel de Emanuel, dice que en la actualidad han ido desapareciendo varios personajes de la mente de Jimmy, como «el niño», «el adolescente», «el juez» y «el malo». Sin embargo, «el Niño vengativo» sigue escondido por ahí.

Desde su propio rol, cuenta que le da pena dejar a Emanuel, puesto que él siempre lo apoyó.

Desde el rol de Emanuel, «Jimmy siempre estaré contigo en tu corazón, pero quizás dejes de oírme tocar la guitarra para empezar a oír la vida».

De vuelta a su propio rol: «Adiós, Emanuel, no te necesito más... gracias».

(Pasamos al espacio preliminar para el cierre.)

Señala que ese personaje ha quedado atrás. Acto seguido, me muestra un dibujo de Emanuel. Añade que, poco a poco, ha sentido menor necesidad de acudir al psicólogo y eso lo hace sentir bien. Comenta que quiere vivir la vida sin esos personajes y cree que lo está consiguiendo.

Cuenta que en el colegio un profesor le dijo que él solo quería llamar la atención. Eso lo hizo sentir mal, porque esa no es su intención. Señala que recientemente ha podido acercársele con calma a Pedro en el colegio. Expresa que eso lo hizo sentir bien, aunque aún le molesta verlo con otros amigos.

Menciona que Pedro es su ejemplo, no le importa si su padre o su primo lo reconocen. Lo que él quiere es que Pedro lo vea. Antes, ese mismo lugar lo ocupaba una chica que le gustaba.

Muestra al psicólogo una foto de las personas de su colegio que lo aprecian. Revela que se siente muy bien en su compañía. Subraya que cada vez tiene menos necesidad de acudir a terapia, pero quiere volver después

de su posible reingreso al colegio. Expresa que, si esto no sucede, se sentiría destrozado. (Damos por terminada la sesión).

3. Técnicas:

Test de asociación de palabras, respiración, imaginación activa, representación de roles, cambio de roles, personificación.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis:

Al inicio y durante esta sesión, se notó a Jimmy bastante relajado. Se observaron progresos en cuanto a la distinción entre la fantasía y la realidad. El paciente se ha liberado de ciertos personajes que rondaban su mente, haciendo énfasis en su reencuentro progresivo con la realidad.

En su colegio, pudo acercársele con relativa calma a su amigo Pedro, como él mismo menciona. Además, reconoce sin miedo su malestar al verlo con otros amigos. Señala que necesita menos de los personajes e, incluso, argumenta que ya no requiere tanto de las sesiones terapéuticas.

Jimmy narra una de sus crisis y trae a su mente algo que no sabe si en realidad sucedió. El recuerdo consta de él desnudo tratando de taparse, en compañía de un profesor al que rodeaban guitarras. En medio de la música y el profesor, cuenta que hizo algo que cambió su vida. Esta escena se podría explorar más en otras sesiones, aunque podría tratarse de un recuerdo encubridor.

La guitarra también puede entenderse como un símbolo de la feminidad. Jimmy asocia la guitarra con sentirse desnudo, con el sexo, con el semen y con el asco. Al ver «tocar» la guitarra a su padre, su primo o su amigo (los tres representantes identificatorios), podría sobrevenir la angustia como resultado de revivir, inconscientemente, una escena sexual traumática. Recordemos que en otras sesiones mencionó haber visto a su primo «tocando» a su prima.

A pesar de esto último, es importante destacar que Jimmy dice que, ante una situación similar, antes se habría cortado. Ahora, por fin pudo tomar un camino diferente.

4.1 PIC y espiritualidad

Jimmy tomó la difícil decisión de irse a vivir con el padre. Ha escogido un cambio de vida. Pero esto no lo ha logrado sin consecuencias, entre ellas la más evidente, el dolor de sentir que ha traicionado a su madre. Como respuesta, su defensa inconsciente es ahora la racionalización, un exceso de pensamiento que reprime sus emociones ante situaciones difíciles. De vuelta en su vida, este mecanismo que sobrevalora el pensamiento solo puede ocasionar, en un futuro, el desborde de lo emocional. No obstante, lejos de confrontarlo, en las sesiones se lo escucha sin prejuicios teóricos. Al mismo tiempo, los medicamentos le ayudan a alejarse de sus emociones casi por completo. Su pensamiento lo encierra en un círculo vicioso y las ideas parecen sostenerlo en el autoengaño. En medio de todo esto, aparece un lugar para la muerte. Jimmy amenaza sutilmente con quitarse la vida tomándose de golpe todas las pastillas psiquiátricas.

Por ahora, pareciera que solo los símbolos pudieran hablar por él. Precisamente, afloran recuerdos en los que las guitarras eran aquello que precipitaba sus crisis. Así, lo simbólico conecta con lo reprimido que busca, nuevamente, poner de manifiesto algo que habita en su interior.

Inconscientemente, dibuja una cruz sobre el escritorio. Como si fuera un llamado a lo trascendente. Quizá esto sea una búsqueda de ayuda y protección de lo espiritual. Casi al mismo tiempo, menciona el doloroso tema del encuentro sexual entre los primos, aunque pronto cambia de tema.

Anhela que su religión pueda protegerlo y acompañarlo en el camino del autoconocimiento y la sanación, pero el miedo que lo invade es aún más fuerte. Sin embargo, utiliza el tratamiento para, desde la razón, intentar sanar otros aspectos que lo perturban. Sabe que debe cerrar un ciclo con el tema de los personajes y así quiere hacerlo en esta sesión.

Desde la imaginación, se concretiza a un arquetipo que representa a todos, y al que busca despedir de su vida desde la consciencia. Siente que

puede controlarlos y cree que, desde la claridad de su conocimiento, podrá liberarse.

Aunque el acto simbólico de la despedida de los personajes desde lo imaginario es un ritual que podría cerrar este ciclo en cierto modo. Lo afectivo debe tener un lugar en estas prácticas, si se quiere que resulten lo suficientemente significativas como para perdurar en el tiempo.

A pesar de que el psicólogo quería explorar con más detalle la escena reprimida con los primos, se priorizó lo que el paciente consideró más importante para esta sesión. No obstante, las guitarras, que representaban la feminidad, y el profesor, que hacía sospechar que algo pudo ocurrir en el orden del abuso, fueron aproximaciones indirectas a este tema. Había que respetar que, hasta ese momento, estos símbolos eran parte/todo de lo que Jimmy podía expresar como manifestaciones de aquello más profundo.

Al transcurrir la sesión, el paciente decidió principalmente atender al discurso del mundo. En este momento, lo que le importa es su reingreso al colegio. Y para ello, intenta terminar ya con lo interno, poner fin a ese mundo que le ha causado tanta confusión. Es como si los personajes fueran los únicos causantes de su malestar. Por lo que, evidentemente, necesita liberarse de ellos, pero para lograrlo debe recibir la misma atención sobre aquellas experiencias de su vida que los hicieron surgir.

No se trata, entonces, de cerrarle completamente la puerta al inconsciente, ni de pensar en ir terminando las sesiones. Se trata de que el paciente continúe en la búsqueda de un saber más profundo que lo lleve a poder atender al sentido de su síntoma.

Igualmente, el psicólogo debe evitar engañarse junto con su paciente. Requiere reflexionar sobre su propio ego que quiere ver como efectivo y terminado el tratamiento. Los psicofármacos suelen contribuir a esta ilusión de sanación. En consecuencia, desde la PIC, es crucial que el psicólogo sea reflexivo y que, además, atienda a aquello que solo se manifiesta simbólicamente.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión:

Se trabajará sobre la temática del colegio, en función de la aprobación de su ingreso o no en el mismo. En sesiones posteriores, se podría explorar más sobre el recuerdo del profesor y el desnudo.

7. Fecha de la próxima sesión: antes de los 8 días (sesión de control por un posible reingreso en el colegio).

REGISTRO DE PROCESO 9.

Sesión (de control).

Consultantes presentes:

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

Tanto el paciente como su madre se mostraron felices y esperanzados. Jimmy fue aceptado de nuevo en el colegio, por ahora como oyente. Al mismo tiempo, surgieron indicios de trastornos alimenticios, igual que en las sesiones llevadas a cabo en el hospital.

2. Proceso:

La sesión se llevará a cabo únicamente en el espacio preliminar. Al ser esta una sesión extraordinaria y de control, se postergará el uso de técnicas imaginativas.

El paciente especifica que se encuentra bien porque ha asistido al colegio como oyente. Cuenta que visitó una de sus clases, que sus excompañeros lo saludaron con afecto y que eso lo hizo sentirse bastante bien. También saludó a su amigo Pedro, quien le regaló una estampa religiosa. Aclara que, por ahora, se siente completo.

En la actualidad sigue viviendo en la casa de su padre. Comenta que su padre lo distrae, debido a que lo saca a varios lugares por trabajo.

Cuenta que, al ver a su amigo con otros compañeros, experimentó una crisis similar a la que tuvo en una de las sesiones con el psicólogo. Manifiesta que un profesor se le acercó y le preguntó: «¿Qué, no has estado tomando tú medicina?» a lo que Jimmy respondió: «No la necesito, ni que estuviera loco».

En esta visita al colegio, un compañero tocó una canción en la guitarra y Jimmy respondió de una manera inusual en él. Especifica que, en lugar de huir ante el miedo de escuchar a este chico tocar la guitarra, se unió a él y cantó sin mayor problema. Al principio se asustó, pero luego enfrentó su miedo, agrega que en otras ocasiones se habría agredido a sí mismo o a los demás.

A pesar de esto, menciona que aún siente como si le quitaran una prenda de vestir cada vez que habla de guitarras o música. Indica que se siente regular en la casa de su padre, aunque no habla con otros familiares del lado del padre que también viven ahí. Aclara que no le agrada tanto el entorno, dado que estos parientes son muy del lado paterno. Además, no ha logrado hablarles con la voz de adulto que tiene ahora, tiene miedo de cambiar porque ellos solo lo han escuchado con su voz de niño pequeño.

Expresa que, cuando fue al colegio en compañía de su madre y su padre, no le dieron ganas de quemar a la virgen del colegio.

En cuanto a deshacerse de todos los objetos con los que pudiera hacerse daño, enfatiza que sí lo va a hacer. Aclara que no va a lastimarse, pues dio su palabra al psicólogo.

Jimmy dice que a veces la música o los timbres agudos lo exaltan. Este hecho se evidencia en la sesión con los sonidos del teléfono.

Comenta, además, que él sabe lo que es tomar pastillas, inducirse el vómito y sentir soledad, pues lo ha sufrido en carne propia. Expresa que se corta cuando siente un fuerte dolor emocional que prefiere trasladarlo a lo físico. También lo hace para sentir que está realmente vivo.

Asimismo, manifiesta tener un cuaderno lleno de posibles ideas sobre el porqué de sus cortes, y cree que en esos escritos encontrará respuestas para compartirlas con otras personas que incurren en estos actos.

Incluso cuenta que tiene un plan para liberarse de estos problemas: un estudio escrito en forma de diario que elaboró desde que ingresó en el

hospital. Este texto lo escribe con códigos secretos encubiertos. Asegura que no desea explicarlo porque es muy complicado.

Manifiesta que su antigua psicóloga lo entendía, debido a que ella sufría de ansiedad. Siente deseos de volver a verla para que lo conozca como el chico grande que es ahora.

Explica que está en contacto con varias chicas sin hacer mayor esfuerzo, dado que ellas forman parte de las actividades del colegio. A él le gustan mucho estos grupos y le llaman la atención las niñas un poco mayores, porque están más desarrolladas.

Señala que le agrada que sus compañeros lo envidien por andar con chicas. Asimismo, manifiesta que le entusiasma la idea de tener una pareja. Comenta que el psicólogo del colegio le dice las mismas frases típicas de los psicólogos: «Todo depende de ti», «Ayúdate a ti mismo», «Se valiente».

A pesar de todo, Jimmy aún teme que Pedro esté con otros niños, aunque cree que ellos no lo conocen tanto como él. Solo de imaginar que Pedro se vaya del país, se pone muy nervioso. Hoy por hoy se siente muy cerca de él.

Le ilusiona mucho la idea de integrarse en agrupaciones religiosas y remarca que esos grupos son muy unidos y duran para toda la vida. Por supuesto, espera que le toque grupo con Pedro. De repente, añade que no le gustaría saber nada de otros pacientes que pudiera tener el psicólogo.

3. Técnicas: metáfora, empatía, aceptación positiva y genuinidad.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis:

En esta sesión, Jimmy se mostró mejor; al parecer, el padre se preocupa por darle la medicación, lo que reduce la sintomatología visiblemente en la entrevista.

Existió una mejoría que se manifiesta en el relato cuando señala haber podido cantar y compartir, algo que en ocasiones pasadas le hubiese resultado imposible.

Sin embargo, sigue habiendo una excesiva dependencia hacia su amigo, que se ha visto algo reforzada dado que él le da obsequios de gran valor representativo, como la estampa que trajo a consulta. Además, dice que Pedro posee una estampa de iguales características. Toda la preocupación de su amigo y la afectuosa acogida de sus compañeros de colegio lo hicieron sentir «completo». Se evidencian las polaridades emocionales, ahora parece hallarse en el extremo en el que todo parece maravilloso.

Sin embargo, en un momento de la entrevista en el que se le pregunta con más detalle cómo fue su día en el colegio, relata una crisis en la que intervino un profesor preguntándole sobre su medicación.

Finalmente, el comentario que hace casi al culminar la sesión, en el que afirma no querer saber nada de los otros pacientes del psicólogo, muestra cómo la relación terapéutica se ha ido afianzando. Quizás le dolería recordar que tiene que compartir a su psicólogo, por lo que, al sentir temor, prefiere no enterarse.

4.1 PIC y espiritualidad

Sin atreverse aún a indagar en temas más profundos, Jimmy muestra mejoría. Es capaz de acercarse a los demás sin tanto miedo al rechazo. La amenaza de abandono se ve atenuada gracias al apoyo momentáneo del mundo: sus compañeros de clase lo acogieron. El nuevo entorno familiar, lejos de la madre, también le brinda cierta calma.

Sin embargo, el hecho de no sentirse realmente merecedor del afecto de los demás y no amarse a sí mismo siguen latentes en su interior. Basta con ver a su amigo, el representante afectivo más cercano, junto a otros para que automáticamente se sienta traicionado. No le es posible amar sanamente a su amigo porque sus traumas lo encierran en un amor mal entendido, egoísta y posesivo (similar al de su madre). Aunque ella se halle físicamente lejos, la lleva internamente consigo en forma de complejo que, en menor medida, todavía lo condiciona.

¿Quién más podría darle amor, sino el amigo que lo ha sabido apoyar en sus momentos difíciles? Recientemente, el psicólogo ha dado muestras de esa relación de amor sana que respeta los límites. Quizá por eso, se toma un respiro y piensa en él, y en sus otros pacientes, sintiendo la tentación de caer de nuevo en una dinámica posesiva y enfermiza. No obstante, logra limitarse y procura mantener la relación fuera de conflictos.

En sesión habla también de la actual relación con su padre, quien lo distrae y lo hace pensar en otras cosas. Este nuevo vínculo que se está formando con el padre es, por supuesto, fundamental, ya que supone encontrarse afectivamente con quien, hasta ese momento, se percibía como alguien lejano e indiferente.

Jimmy, a excepción de una leve crisis en el colegio, muestra en esta sesión el orgullo de estar mejorando. Así, quiere que su antigua psicóloga también lo vea y sea testigo de su progreso. Aspira a poder mostrar su madurez al mundo. Ha logrado reingresar en el colegio, superando el miedo al rechazo o al juicio de sus compañeros. Se siente más cerca de su amigo y en casa de su padre, pero todo parece diluirse ante la posible pérdida del amor de Pedro.

Al igual que en la sesión anterior, el mundo se ha convertido en el eje de su vida. Su discurso lo protege, por lo que se siente seguro con los demás. De momento, esto le hace olvidar lo que ocurre en su interior. Sus complejos ya no parecen importantes. Los personajes ya no le hablan. Los síntomas han disminuido. Entonces, ¿para qué seguir con eso? Ahora su pensamiento le hace creer que está listo para acercarse a los otros y a Dios a través de grupos religiosos.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: trabajar en la efectividad interpersonal. Asertividad. Mejorar el control de las emociones. Tolerancia al malestar.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días (se adelanta la sesión por una crisis).

REGISTRO DE PROCESO 10.

Paciente: «Jimmy».

Psicólogo: Felipe Octavio Huerta Torres

1. Comentarios:

El lunes de esta semana la madre llamó al psicólogo porque Jimmy se estaba comportando de manera extraña (tenía sentimientos de desrealización). El día anterior, domingo (día de la madre), en lugar de enviarlo con el padre, como se había acordado, había decidido quedarse con él unos tres días más. Ya en otra llamada efectuada el martes, indica que Jimmy tuvo una fuerte crisis en el colegio.

2. Proceso:

Se inicia la sesión dentro del espacio preliminar. El paciente cuenta que ha sufrido dos recaídas en el colegio. La primera de ellas fue el viernes y cree que se originó porque, al entrar en su nueva aula y ver a diferentes compañeros, tuvo una tremenda sensación de soledad. Refiere haberse sentido inicialmente pequeño y luego realmente diminuto. Señala que comenzó a temblar, por lo que sus padres tuvieron que sacarlo del colegio anticipadamente.

La segunda de estas crisis fue el martes (por las llamadas telefónicas se sabe que desde el viernes Jimmy no estuvo bien). Considera que esta crisis fue la más fuerte. Recuerda haber estado gritando en medio del colegio, arrastrándose por el suelo, sintiéndose nuevamente muy pequeño y observando muchos colores. Todos a su alrededor lo miraban con miedo.

Jimmy logra identificar el precipitante de esta crisis y señala que todo se originó cuando se enteró de que sus excompañeros de aula iban a asistir a una fiesta que había organizado su amigo Pedro. En medio de la crisis, mientras lloraba, le venían a la mente imágenes de reuniones pasadas a las que sí pudo asistir. De pronto sintió furia y terror. Comenzó a pensar en estas personas como gigantes.

Argumenta que, en el fondo, sabía lo que iba a suceder si se enteraba de lo de Pedro, pero no esperaba que lo de la fiesta fuera a ocurrir tan pronto. Cree que no tendrá más recaídas hasta Navidad.

Además, piensa que tal vez se esté guardando algo para sí mismo que no le ha contado al psicólogo. Inmediatamente se retracta y menciona que, en realidad, no hay nada que contar. Dice que todo lo que le pasa es únicamente soledad.

Jimmy toma la iniciativa y pide caminar para ir liberando, poco a poco, aquello que lo perturba. Siguiendo su sugerencia, pasamos, al espacio imaginario.

Mientras camina, describe un cuarto oscuro y cuenta que su prima y él están en esa habitación. Duermen allí juntos por el aire acondicionado. Relata que su primo ingresaba en esta habitación y abusaba de su prima, frotando su pene contra ella y masturbándose, aunque ella permanecía con ropa, según recuerda.

Jimmy menciona que esto pasó durante años, unas cincuenta veces aproximadamente. Al principio, él se tapaba con su sábana, pero con el tiempo reconoce que le empezó a gustar lo que veía noche tras noche. Llegó a esperar ansioso el ingreso de su primo e, incluso, a dejarle la puerta entreabierta para invitarlo a entrar.

Recuerda que, cuando su primo se iba de la habitación, él procedía a masturbarse. Desde entonces, en ocasiones suele escuchar un jadeo de hiperventilación, pero no sabe si es suyo, de su primo o de su prima.

Teme profundizar en esa escena, no quiere explorarla. De pronto, siente ganas de morderse o de morder a las demás personas. Sin embargo, aclara que no lo va a hacer, por el pacto de no agresión.

Cuenta que este recuerdo le perturba porque vive obsesionado con ser una persona espiritual. También le hace sentir culpable el hecho de que a Pedro nunca le ha contado esto. Sin embargo, señala que esa escena ya es pasada y

que no le sigue haciendo sentir tan mal. Lo que más lo perturba ahora es un sentimiento de profunda soledad. Dice que últimamente se ha ido sintiendo cada vez menos sucio. Explica que, en sus momentos de crisis, los abrazos de Pedro le han permitido dejar de ver las cosas a su alrededor como si fueran gigantes para pasarlas a ver pequeñas.

Retoma y comienza a describir la habitación donde todo esto sucedía. Asume el papel de Jimmy de 12 años, acostado en un colchón aparte, junto a la cama de su prima. Desde ahí desea ver entrar a su primo en la habitación. Añade que jamás habló nada de esto con su prima, ni con nadie.

Relata que esa noche su primo hizo algo distinto: puso a su prima en una posición en la que la montaba y le bajó el calzón. No sabe si la penetró, todo era oscuro. En ese momento, Jimmy se sintió por primera vez realmente sucio, con miedo. Experimentó un profundo sentimiento de soledad como nunca antes. A partir de lo que presenció, algo cambió en él aquella noche y decidió no masturbarse.

(Desde fuera, el Jimmy de hoy comenta aquella escena del pasado). Menciona sentir decepción de aquel niño de 12 años, pero también siente pena por él, porque sabe que tiene miedo. Al imaginar decirle algo al Jimmy de 12 años, le dice que no se lo cuente a nadie, que aún no es el momento, «ese niño no tiene confianza ni valor», agrega.

Hoy en día, Jimmy expresa que está dispuesto a hablar y liberarse porque ya tiene confianza. Dice que quiere el perdón de Pedro. Refiere que antes él hablaba como un niño pequeño y estaba dividido en dos personajes. Ese niño era incapaz de hablar.

Vuelve al papel de niño de 12 años, se dirige a su prima y le dice que es una estúpida.

Desde el papel de su prima, indica que ha tenido miedo, pero también curiosidad. Ella le cuestiona: «¿Por qué no hablaste sobre lo que estaba pasando?».

Nuevamente desde el rol del niño de 12 años, le cuenta a su prima que no se había sentido preparado, ni siquiera sabía qué estaba pasando, (hace una pausa). No sabe qué decirle a su prima. (Silencio).

(De vuelta, se lo invita a ver la escena en la actualidad desde afuera). Jimmy, al observar la dinámica desde otra perspectiva, siente de pronto la necesidad de hablar con su primo y, con temor, decide traerlo a escena.

Jimmy le dice: «Que sea la última vez que te metes con ella».

Desde su papel actual, le pide a su prima que los perdone.

Desde el papel de ella, se nota confundida, sin saber qué sucedía en aquellos encuentros. Quisiera que Jimmy se arrepienta, porque lo quiere mucho.

Desde su rol de los 12 años, indica que sí se arrepiente. Le dice que no cree que sea estúpida y que él también ha sentido miedo. Le pide perdón por todo lo que hizo. Imagina un abrazo con su prima, a la que le susurra al oído: «Gracias».

A su primo le aclara que igual lo quiere, pero que no permitiría nunca que algo así volviera a suceder. No imagina un abrazo con él.

Pasamos al espacio preliminar para el cierre.

Jimmy expresa que se siente realmente libre. Explica que ha logrado resolver algo que no había conseguido en el pasado. Quiere hablar con su prima y llevar lo experimentado a la realidad.

Cree que, hasta el momento, el psicólogo lo ha ayudado muchísimo. Lo ha ayudado a integrarse, dado que durante años permaneció dividido. Manifiesta querer cambiar y que se ha deshecho de todos los materiales que escondía para hacerse daño (pastillas, agujas, fósforos, cuchillas).

Comenta que el aumento de la medicación no le permite experimentar fuertes sensaciones, pero que, a la vez, siente que su corazón está protegido.

Considera que, a pesar de las recaídas está mejorando mucho.

3. Técnicas: Psicodrama bipersonal, caldeamiento, compartir, representación de roles, cambio de roles, espejo.

4. Elaboración/Comprobación de hipótesis

En esta sesión el paciente comenta que el origen de la crisis se produce cuando se entera de que Pedro organizará una fiesta con sus excompañeros y de que él no estará en esa reunión. Jimmy dice haber sentido que lo perdía todo. La madre supo decir que, en la crisis del colegio, el paciente se golpeaba contra las paredes.

Vivir durante años sin lograr sacar a la luz el trauma tratado hoy, lo ha hecho sentirse sucio, no digno del amor ni de la aceptación de los demás. Esto lo ha aislado en personajes creados en su mente y le ha conducido a vivir lleno de miedo. No se siente merecedor de relaciones afectivas sanas. Ha llegado a odiarse a sí mismo por la culpa, por no haber hecho algo diferente en el pasado, lo que le ha llevado a autolesionarse e intentar quitarse la vida en repetidas ocasiones.

Cabe señalar que, detrás del sentimiento de culpa, suciedad y rechazo hacia sí mismo, producidos por la complicidad de Jimmy en la escena sexual de los primos, existía también una masturbación no referida hasta esta sesión. Un hecho que al fin pudo salir a la luz. Manifiesta duda sobre si el jadeo que escucha en sus crisis es de su prima, de su primo o de él mismo, por lo que se puede entrever que integró psíquicamente estos abusos como propios.

En terapia, pudo enfrentar estas confusiones y temores ubicándose desde un lugar diferente. Esta resignificación lo vincula desde el amor y el respeto por su prima. Al mismo tiempo, le permitió exigirle límites a su primo, al que tenía mucho miedo, pero al que logró enfrentar desde la recreación de la escena.

4.1 PIC y espiritualidad

Su crisis en el colegio aparece como una oportunidad de cambio. Es posible evidenciar que aquello que a todas luces es tremendamente malo puede dar pie a la reconstrucción del interior de Jimmy. Así, en esta sesión decide explorar uno de sus recuerdos más oscuros. Mientras revive aquella escena, identifica un jadeo que ronda su mente. No logra descifrar a quién pertenece, pero ahora ya conoce su origen. El miedo le hace querer retroceder en cada momento. «Es solo soledad», le dice al psicólogo, «ese es el verdadero problema». Y esto es, en cierto sentido, verdad. Ese secreto que lo aleja del mundo lo hace sentir sucio, no lo deja creerse merecedor de amor. Lo convence de que nadie lo perdonará porque él mismo no se ha perdonado. ¿Cómo alguien podría quererlo? Ha sido cómplice de un abuso, ha disfrutado de ese encuentro sexual no consentido. Para su interior, lo único que le queda a partir de ahí es estar solo. Y esa soledad de la que, en el fondo, se siente merecedor lo atormenta. Cree que Dios no lo quiere por sus pecados.

Ahora, por primera vez, revela a otro y a sí mismo su secreto. Se arriesga y pone a prueba el amor del terapeuta. Seguramente se pregunta si este lo aceptará después de lo que le ha contado. Por su parte, el psicólogo no lo juzga, escucha y respeta su dolor, sus silencios prolongados, sus momentos de miedo y de autoengaño. No se escandaliza ni muestra horror ante la dura escena. Con su presencia, está allí, a su lado, para sacarlo de esa soledad que se ha creado, inconscientemente, como penitencia. Es precisamente de ese autocastigo del que quiere liberarse, ya no puede seguir, para él es preferible la destrucción a continuar concibiéndose pequeño, diminuto, insignificante ante sí mismo y ante los demás.

El psicólogo sabe que Jimmy sufre y quiere cambiar, por lo que lo acompaña pacientemente, esperando que le dé un nuevo significado a lo sucedido. Lo ayuda proponiéndole acercarse imaginariamente a la realidad de su prima. En escena se puede ver cómo Jimmy calló todos esos años porque su entorno más cercano no era de confianza. Sentía que nunca hubiese podido delatar a su primo y que ese secreto le acompañaría toda la vida. Solo

siente odio hacia sí mismo y lo proyecta apresuradamente hacia su prima. Ella es estúpida por no hablar, exclamó.

Su miedo lo encierra, no es capaz de ver con facilidad que ella tampoco tiene en quien confiar y que, al igual que él, se siente sola. Al revivir la escena y escucharse a sí mismo, logra comprenderla y acercársele amorosamente. Y al hacerlo así, se arrepiente. En cierto sentido, pudo amar a la Virgen en lugar de destruirla. Lo resignifica y espera remediar en algo lo sucedido con ella. Asimismo, pudo poner límites con un primo al que temía profundamente. Este pariente transgredía constantemente los límites, impulsado por un deseo egoísta y destructivo de satisfacción sexual. Jimmy enfrentó valientemente sus miedos y, quizás ahora sí, pueda comenzar su encuentro con Dios (tal como lo sugirió la sesión anterior, al desear ingresar a agrupaciones religiosas), pero esta vez desde un nuevo lugar.

5. Tarea: no se envió.

6. Pasos y metas para la próxima sesión: tolerancia a la frustración, reintegración.

7. Fecha de la próxima sesión: dentro de 8 días.

REFLEXIONES FINALES:

Una vez expuesta la teoría y el caso trabajado, es importante reflexionar sobre si nuestra formación como profesionales deriva de modelos educativos orientados exclusivamente a la objetividad. Es decir, si somos el resultado una educación que responde a currículos sociales que respaldan un entendimiento de la persona únicamente por lo que hace y no por lo que realmente es. En la búsqueda de una sociedad «eficiente», no se suele aceptar al error o al estancamiento, ni se los reconoce como elementos necesarios e ineludibles para el desarrollo. Así, generalmente somos testigos de cómo: «Desde la educación hacia la sociedad: se borra al sujeto en su complejidad y solo se lo valora en cuanto a su productividad». (Huerta, 2016).

Y es que, para lograr incorporar un pensamiento complejo a nuestra práctica profesional, resulta indispensable dejar atrás los fundamentos del modelo educativo tradicional según el cual, por ejemplo, se estandariza a los estudiantes mediante métodos evaluativos centrados en las calificaciones. Estos procedimientos dejan de lado al individuo en cuanto a su diversidad personal y cultural, perspectivas y talentos necesarios para su salud psicosocial y creatividad. Así se genera el «hombre de masas» de la sociedad tecnocrática que causa estragos psicológicos, sociales y morales. Una educación fragmentada que, al orientarse exclusivamente hacia los objetivos, deja de lado al sujeto y da como resultado personas dependientes. Ya sea del maestro, de la institución, del sistema o, incluso, derivando en algunos casos —por ejemplo, en dependencia hacia los padres o pareja—. (Mayes, 2020).

Una de entre las múltiples propuestas que pretenden mejorar el modelo educativo y su impacto en la formación de profesionales viene de la mano del sociólogo Giddens (2023), quien recomienda que todo estudiante debe

tener: 1. Una sensación de unidad en su personalidad, 2. Un sentimiento de pertenencia sobre lo que ocurre en su proceso formativo, 3. La convicción de que tiene cierto grado de autoridad sobre sí mismo y su proceso, con la responsabilidad que esto implica, y 4. La certeza de que su maestro lo considera como una persona única y no como un número más.

Lamentablemente, lo anterior continúa siendo un desafío para el área de la educación. Como se sabe, los seres humanos aprendemos más de lo que experimentamos que de cualquier otra forma de aprendizaje. Esto por supuesto invade el campo de la psicología, por lo que es necesario examinar el funcionamiento de psicoterapias excesivamente racionalistas. Y es que, como es de esperar, la mayoría de los terapeutas formados bajo el modelo de educación tradicional llevan lo aprendido a su práctica profesional, muchas veces inconscientemente. Esto se evidencia cuando, por ejemplo, el terapeuta busca solo satisfacer los objetivos de lo que se considera socialmente como «estar bien», tratando de suprimir aquello que está fuera del común denominador sin procurar comprender la función del síntoma que, como hemos visto, es distinta en cada paciente. Es decir, equivocadamente, el psicólogo se sitúa con facilidad en el lugar del saber y desde ese sitio dirige «la cura».

En cambio, para la Psicoterapia Compleja los objetivos técnicos, aunque necesarios, ocupan un papel secundario en la terapia. La orientación primordial recae en el paciente como ser humano, desde sus dimensiones complejas: física, psicológica, social y espiritual. Se es consciente de que, si solo se pretende adaptar a las personas a sus roles productivos dentro de la sociedad, se contribuye a su fragmentación y desorientación. No somos solo nuestra capacidad de adaptarnos productivamente, somos vida en constante cambio e interacción. Si bien nuestro ser se afianza en la relación con los otros, este vínculo no se reduce al obrar por obrar, también requerimos de un sentido y un propósito que guíen nuestro accionar. «Hay una necesidad imperiosa en el hombre de sentirse apasionado por algo, de encontrar sentido y propósito como parte de un gran designio que trasciende el ego» (Yalom, 2008, p. 236).

La terapia que quiere borrar el malestar mediante la técnica no entiende la complejidad del sistema. Aísla al síntoma como si fuera un agente extraño para seguidamente intentar eliminarlo y reinsertar al individuo en la sociedad. Sin embargo, es necesario comprender que la crisis psicológica por la que atraviesa el paciente es un llamado a encontrar la reorganización de su sistema psíquico. Por tanto, paciente y terapeuta, en un ambiente de aceptación, congruencia y autenticidad (Rogers, 1987), deberán dedicarse a explorar el sentido del síntoma dentro del sistema complejo.

Sumado a las formas de intervenir que se han trabajado en este texto desde una lógica compleja, cabe añadir que el terapeuta requiere evitar tanto posturas autoritarias que causen dependencia como permisivas que impliquen exceso de protección. Se trata más bien de saber poner límites basándose en el buen juicio -arquetipo paterno-, mezclado con el cuidado asertivo -arquetipo materno-, (Brophy, 2000). Tarea no sencilla y que, además, como se ha dicho requiere de un trabajo personal previo. Solo es posible dar lo que se ha construido en el interior. En otras palabras, no se puede dar lo que no se tiene.

Asimismo, conviene recordar que todo arquetipo tiene su lado tanto constructivo como destructivo. Una excesiva protección puede asfixiar el natural accionar del sujeto. Por el contrario, la rigidez de las normas puede limitar la creatividad. Así, por ejemplo, ante un conflicto lo deseable sería encontrar en la dinámica de la interacción una visión alternativa ante el acontecimiento. Es decir, una oportunidad para construir algo nuevo.

Tal como Mayes (2020) expone la importancia de los arquetipos en la relación enseñanza-aprendizaje desde el campo educativo, igualmente sucede en el ejercicio de la psicoterapia. Es decir, es posible distinguir arquetipos en el proceso terapéutico, tanto en la figura del paciente como en la del terapeuta que son ya en sí mismas arquetipales. Esto implica que se construyen sobre un bagaje simbólico latente en el inconsciente.

En este sentido, es importante reflexionar sobre cómo en la vida cotidiana desempeñamos constantemente esta función de guía y de guiado. En ocasiones logramos ser conscientes de ello, mientras que en muchos otros momentos no lo somos. Jung (2002) identificó dos arquetipos máximos en esta materia: el viejo sabio y el héroe. Ambos están presentes en la humanidad desde tiempos ancestrales a través de cuentos, mitos, religiones, historias, sueños, etc. El arquetipo del sabio personifica el «sentido», que, a su vez, es guía para quien lo busca.

Para ejemplificar lo anterior podemos tomar de referencia la historia de la aventura del héroe, quien se encuentra al viejo sabio en su travesía. Un ser que lo asiste compartiendo su sabiduría, lo que le permite prosperar. Así, el más grande de los maestros es el guía del aventurero, acompañándolo en su crecimiento moral e intelectual. Si bien la siguiente versión de la leyenda no proviene de un libro en concreto, podría contribuir a capturar la esencia del tema expuesto:

En un pueblo apartado enclavado en el antiguo bosque, vivía un joven llamado Elías. Era conocido por su curiosidad y sed de conocimiento. Pasaba sus días vagando por los densos bosques, buscando la sabiduría susurrada por los imponentes robles y los dinámicos arroyos.

Una tarde, mientras Elías descansaba bajo las ramas del roble más viejo del bosque, escuchó una voz suave y etérea que lo llamaba. «Elías, te he estado buscando».

Sorprendido, Elías miró a su alrededor, pero no vio a nadie. Descartó la voz como un truco del viento y continuó su viaje hacia las profundidades del bosque. Pero dondequiera que fuera, la voz lo seguía, guiándolo con mensajes crípticos y antiguos acertijos.

A medida que los días se convertían en semanas, Elías se frustraba cada vez más por la voz elusiva. «¿Quién eres?» gritó al susurrante viento. «¿Y por qué me buscas?» La voz respondió: «Soy la sabiduría de los siglos,

entretejida en la tela del bosque. Tú buscas conocimiento, Elías, pero el conocimiento también te busca a ti».

Elias se iluminó como la primera luz del amanecer. Comprendió que la sabiduría no era simplemente algo que se pudiera encontrar, sino algo que previamente habitaba en su interior.

Con nueva determinación, aceptó la guía y el complemento de la misteriosa voz. Fue aprendiendo los secretos del bosque y la sabiduría de los árboles centenarios. A medida que crecía en conocimiento y comprensión, se convertía en un faro de luz para su aldea, compartiendo la sabiduría que había adquirido con todos los que escuchaban.

Así pasaron los años y, aunque el susurro del viento finalmente se desvaneció en el silencio, Elias sabía que el vínculo entre él y la sabiduría del bosque perduraría por la eternidad.

Cabe destacar que, en variaciones de esta historia, se aclara que el sabio también había salido en búsqueda de un joven explorador del mundo para que le ayudase a encontrar nuevos destinos y saberes. Esta dualidad refleja la idea de que el autodescubrimiento y la búsqueda de conocimiento son procesos continuos, sin importar la edad o la experiencia. Asimismo, refleja que tanto el héroe como el sabio se benefician mutuamente al intercambiar diferentes tipos de saberes.

El terapeuta, capaz de reconocer y conectar con los arquetipos de héroe y sabio, debe hacerlo en cuanto a la técnica y también en cuanto a descubrirlos en su propia psique. Así, cautiva y empodera, mientras que, al mismo tiempo, eleva la idea que busca expresar de lo ocasional y transitorio a la esfera de lo trascendente. Dado que, como señala Jung (2002), quien es capaz de hablar desde las imágenes primordiales, habla desde mil voces.

Como se ha estudiado aquí, la práctica de la Psicoterapia Complexa requiere de psicólogos reflexivos, lo que implica ejercer la autocrítica y preguntarse si se está siendo suficientemente sensible y justo o, por el contrario, los propios

conflictos están interfiriendo en esta meta. Así, mientras algunas corrientes psicológicas pretenden distanciarse objetivamente de los pacientes, la complejidad reconoce y acepta la imposibilidad de esta pretensión. Por ello, lejos de esforzarse por alcanzar esta irrealidad, la incorpora y hace uso de ella. No existe la posibilidad de desligarse afectivamente, procurarlo es negar la naturalidad de la condición humana, según la cual tendemos a afectarnos por los problemas de otros. En este sentido, solo si el terapeuta está dispuesto a transformarse, puede entonces transformar a su paciente. Esta es una relación de doble vía.

Por supuesto, lo anterior no significa que el terapeuta deba ahogarse en sus emociones ni que se borren los límites básicos que se requieren para que el paciente pueda ser siempre el protagonista de su proceso terapéutico. De lo que se trata aquí es de que, como psicólogos, estemos en condiciones de abrir nuestra perspectiva y ofrecer un espacio a la subjetividad inherente a toda relación. Es precisamente en el diálogo entre subjetividad y objetividad donde se encuentra la complejidad. Es esta misma complejidad la que, en sus formas, incorpora a lo simple y le reconoce un lugar en sí misma.

Al entrar en contacto con sus emociones durante el proceso terapéutico, el psicólogo podrá descubrir nuevos horizontes que explorar en el tratamiento. Por ejemplo, si un paciente continuamente le hace sentir enfadado, eso podría significar que hay algo en este paciente que debe ser trabajado y que posiblemente se repita en la mayoría de sus interacciones con personas de su entorno cercano, llevando con facilidad a otros hacia el enojo. Por el contrario, si tras analizar esa emoción, el psicólogo se da cuenta de que no es capaz de encontrar esa repetición en otros aspectos de la vida de su paciente, entonces debe preguntarse si esa irritación proviene de algún aspecto no trabajado en sí mismo. En cualquier caso, ya sea para acercarse a la realidad psíquica del paciente o del terapeuta, esta es una información que necesita pasar primero por el terreno de lo subjetivo para afianzarse en un análisis que lo complemente.

En este sentido, cabe destacar la importancia de un pensamiento complejo que abra el camino hacia ese entendimiento. Para Jung (2008), la conexión con lo intuitivo es la vía para aprovechar el poder y la significación del símbolo. Esta función se entiende como un análisis superior al que la consciencia o el pensamiento tienen acceso en un segundo momento. Por su parte, el símbolo es una invitación que encamina hacia lo trascendente, una puerta abierta hacia la creatividad y la complejidad.

Como se evidenció en el estudio de caso, la Psicoterapia Complexa integra lo simbólico mediante el uso de la imaginación activa y de técnicas de psicodrama durante las sesiones. Esta metodología se constituye en una herramienta que favorece la integración compleja del ser a través de la simbología artística, articulando tres dimensiones fundamentales. En primer lugar, lo relacional, al permitir que el sujeto explore y visibilice sus interacciones significativas, especialmente con las personas más cercanas. En segundo lugar, lo individual, al facilitar el acceso a los contenidos inconscientes proyectados mediante la imaginación. Finalmente, lo trascendente, al propiciar un reencuentro amoroso y significativo consigo mismo, con los demás y con lo espiritual. De este modo, la Psicoterapia Complexa no solo aborda la complejidad del ser humano desde múltiples niveles, sino que también favorece un proceso terapéutico integrador, profundo y sanador.

Como resulta evidente, incorporar lo espiritual en el proceso terapéutico no es una práctica sencilla, ya que el acercamiento a lo trascendental no será siempre el mismo en todos los pacientes. Tampoco es habitual que el sujeto reconozca la espiritualidad en sí mismo, por lo que se está frente a un proceso que debe darse poco a poco. La energía vital superior y trascendente, que habita en cada uno de nosotros, suele estar lejana de la consciencia. Por tanto, sería equivocado y prematuro tratar de descubrirla en las primeras sesiones. Siguiendo a Maslow, se requiere un trabajo previo para encaminarse a la cúspide de la pirámide de las necesidades humanas, a lo que él denominó: la autorealización.

Como hemos podido revisar, el encuentro con lo espiritual es un acto espontáneo que, en la mayoría de los casos, aparece solo avanzado el tratamiento y surge cuando el sujeto se vincula con las partes más profundas de su psique. Esto en principio implica entrar en contacto con su pasado doloroso, con recuerdos olvidados, para resignificarlos y, en consecuencia, recuperar el amor propio.

REFERENCIAS

- Ackerman, S. J., Benjamin, L. S., Beutler, L. E., Gelso, C. J., Goldfried, M. R., Hill, C., Lambert, M. J., Norcross, J. C., Orlinsky, D. E., & Rainer, J. (2001). Empirically supported therapy relationships: Conclusions and recommendations of the Division 29 Task Force. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 38(4), 495–497. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.38.4.495>
- Bauman, Z. (2017). Zygmunt Bauman: “*Ninguna de las conexiones tecnológicas es lo suficientemente profunda como para romper nuestra soledad*” [Video]. La Sexta. https://www.youtube.com/watch?v=_EnGbIBIGx4
- Belmonte, O. (2013). La fe y la comunidad en Buber y Rosenzweig: Una invitación a la comunión en el amor. In K. Mendonça (Coord.), *Valores para la paz* (pp. 333–355). EditAedi.
- Bergson, H. (1942). *La evolución creadora*. Aguilar.
- Blatner, A. (2005). *Las bases del Psicodrama*. PAX.
- Brophy, J. (2000). *Enseñanza* (Educational Practices Series, Vol. 1). UNESCO.
- Caballero, J. (2018). El principio de exclusión. In *El espín PAULI: los electrones bailan* (pp. 51–77). EDITEC.
- Cancrini, Luigi. (2007). *Océano borderline*. Paidós.

- Carrizo, L., Espina, M., & Klein, J. (2003). *Transdisciplinariedad y complejidad en el análisis social*. MOST-UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000136367>
- Catz, S. M. (2019). *La conciencia desgraciada hacia el reencuentro del amor: Hegel y Rosenzweig*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7124403>
- Cevallos, F. (1999). Juan Bautista Aguirre y la poética colonial. In G. Sabat de Rivers (Ed.), *Journal of the Society for Renaissance and Baroque Hispanic Poetry*. Universidad de Massachusetts.
- Corneille, J. S., & Luke, D. (2021). Spontaneous spiritual awakenings: Phenomenology, altered states, individual differences, and well-being. *Frontiers in Psychology*, 12.
- Currier, J. M., Stevens, L. T., McDermott, R. C., Hinkel, H. M., Salcone, S., Davis, E. B., Lacey, E. K., & Park, C. L. (2024). Exploring the roles of god representations in spiritual struggles among Christians seeking spiritually integrated psychotherapies. *Spirituality in Clinical Practice*, 11(2), 160–172.
- De León, L. (1958). *El cantar de los cantares* (Vol. 464). Espasa-Calpe.
- De Pomposo, A. (2015, agosto). Comunicación personal [Entrevista realizada en las instalaciones de la UNAM y MMREM, México].
- Frankl, V. (1999). *El hombre en busca del sentido*. Paidós.
- Fromm, E. (1950). *El arte de amar* (N. Rosenblat, Trans.). Paidós.
- Giddens, A. (2023). Modernidad y identidad del yo. In *Social Theory Rewired* (pp. 477–484). Routledge.
- Huerta, O. (2016). Del conocimiento clásico al trabajo como posibilidad de cambio. *Science of Human Action*, 1(1), 117–127.

- Huerta, O. (2012). Revisión teórica de la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung. *Anuario de Psicología / The UB Journal of Psychology*, 42(3), 411–419. <https://raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/262210>
- Jaffe, A. (Ed.). (2002). *C. G. Jung: Recuerdos, sueños, pensamientos* (M.^a Rosa Borrás, Trans.). Planeta.
- Jung, C. (1933). *El hombre moderno en busca de un alma* (E. Perojo, Trans.). Paidós.
- Jung, C. (2004). *La dinámica de lo inconsciente*. Trotta.
- Jung, C. (2006). *La práctica de la psicoterapia*. Trotta.
- Jung, C. (2002). *Los arquetipos y lo inconsciente colectivo*. Trotta.
- Jung, C. (2008). *Tipos psicológicos*. Trotta.
- Jung, C. (2003). *Símbolos de transformación*. Trotta.
- Jung, C. (2010). *Sobre el desarrollo de la personalidad*. Trotta.
- Jung, C. (2022). *Sueños y transformaciones: Jornadas de Winterthur y de Zürich*. Trotta.
- Kernberg, P., Weiner, A., & Bardenstein, K. (2001). Trastornos de la personalidad en niños y adolescentes. *Cuadernos de Psicoanálisis, México*, 262-3.
- Kernberg, Otto. (2001). *Desórdenes fronterizos y narcisismo patológico*. Paidós.
- Kestembaum, G. I. (1983). Toward a definition of intellectualization. *Psychoanalysis and Contemporary Thought*, 6(4), 671-692.
- Mahler, M. S., Pine, F., & Bergman, A. (1984). *El nacimiento psicológico del infante humano: Simbiosis e individuación*. Marymar.

- Maslow, A. (2016). *El hombre autorrealizado: hacia una psicología del ser*. Editorial Kairós.
- Maslow, A. H. (1990). *La amplitud potencial de la naturaleza humana*. Trillas.
- Maslow, A. H. (1964). *Religions, values, and peak experiences*. Ohio State University Press.
- May, R. (1981). *La libertad y el destino* (J. M. Pérez, Trans.). Gedisa.
- Mayes, C. (2020). *Archetype, culture, and the individual in education: The three pedagogical narratives*. Routledge.
- Morin, E. (2005). *Introducción al pensamiento complejo*. Gedisa.
- Morin, E. (1980). *El método II. La vida de la vida*. Seuil.
- Morin, E. (2001). *El método V. La humanidad de la humanidad*. Seuil.
- Morin, E. (2004). *El método VI. La ética*. Seuil.
- Menéndez, D. (2020, 9 de octubre). *Nise, el corazón de la locura*. Feminacida. <https://www.feminacida.com.ar/nise-el-corazon-de-la-locura/>
- Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (Eds.). (2019). *Psychotherapy relationships that work: Volume 1: Evidence-based therapist contributions*. Oxford University Press.
- Núñez, C., Tobón, S., Arias, D., Vinaccia, S., & Fernández, J. L. (2007). *Psicopatología y complejidad: de la linealidad a la autoorganización*. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pdc/n19/n19a03.pdf>
- Orlowski, J. (Escritor). (2020). *El dilema de las redes sociales* [Documental].
- Rogers, C. (2000). Una teoría de la personalidad y de la conducta. In F. González & G. Pineda (Eds.), *Selección de lecturas de personalidad* (pp. 188–215). Ministerio de Educación Superior. (Original work published 1959).

- Rogers, C. R. (1987). *El camino del ser*. Kairós.
- Rogers, C. R. (1961). *El proceso de convertirse en persona: Mi técnica terapéutica* (H. Fernández, Trans.). Paidós.
- Romanos 8:38–39. (1999). *Biblia: Nueva Versión Internacional*. Sociedad Bíblica Internacional.
- Rosenzweig, F. (2005). *El nuevo pensamiento* (A. Garrido-Maturano & A. Hidalgo, Trans.).
- Rosenzweig, F. (2001). *El libro del sentido común sano y enfermo*. Caparrós.
- Rosenzweig, F. (1997). *La estrella de la redención* (M. García-Baró, Trans.). Sígueme.
- Saad, M., Drysdale, E., & Maraldi, E. (2022). Spirituality and mental health: Exploring the meanings of the term “spiritual”. *Frontiers in Psychology*, 13.
- Santo Tomás de Aquino. (n.d.). *Boethium de Trinitate* (II, 2, 4, 23). https://www.vatican.va/archive/catechism_sp/pls1c1_sp.html
- Sargeant, S., & Yoxall, J. (2023). Psychology and spirituality: Reviewing developments in history, method and practice. *Journal of Religion and Health*, 62(2), 1159–1174. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01731-13>
- Scheibehenne, B., Greifeneder, R., & Todd, P. M. (2020). Can there ever be too many options? A meta-analytic review of choice overload. *Journal of Consumer Research*, 37(3), 409–425.
- Schwartz, B. (2004). *The paradox of choice: Why more is less*. HarperCollins.
- Seguí-Dolz, J., & Olivé-Horts, S. (2012, abril). Terapias de tercera generación: Una propuesta de apertura desde la psicología social crítica. In *Actas del V Congreso Internacional y X Nacional de Psicología Clínica* (pp. 26–28). Santander.

- Simon, H. A. (1955). A behavioral model of rational choice. *The Quarterly Journal of Economics*, 69(1), 99–118.
- Lieder, F., Griffiths, T. L., & Hsu, M. (2019). Overcoming the planning fallacy through willpower: An extension of rational analysis. *Psychological Review*, 126(1), 1–24.
- Schlam, L. (2020). Individuation. In D. A. Leeming (Ed.), *Enciclopedia de psicología y religión* 2 (p. 3293). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-24348-7_3293
- Stengers, I., & Prigogine, I. (1994). *Entre el tiempo y la eternidad*. Alianza Editorial.
- Watson, J. C. (2007). Reassessing Roger's necessary and sufficient conditions of change. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 44(3), 268–273. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.44.3.268>
- Weil, A. (1953). *The need for roots: Prelude to a declaration of duties toward mankind*. Routledge & Kegan Paul.
- Yalom, I. D., & Fernández, J. S. (2018). *El don de la terapia*. Destino.
- Yalom, I. D. (2008). Staring at the sun: Overcoming the terror of death. *The Humanistic Psychologist*, 36(3–4), 283–297. <https://doi.org/10.1080/08873260802350006>

La presente obra complementa al libro del mismo autor titulado: La Psicoterapia Integrativa Compleja (PIC). En este nuevo ensayo, se fortalece la base teórica de la PIC a partir de los modelos de intervención humanistas y el estudio de caso.

Este recorrido teórico/práctico tiene como finalidad comprender importantes principios del humanismo con relación a la búsqueda de trascendencia y su relevancia para la psicoterapia. El escrito se desarrolla a partir de tres elementos tradicionalmente analizados por la filosofía: hombre, mundo y Dios. Así, el abordaje de la PIC procura que los psicólogos posean fundamentos suficientes para guiar a sus pacientes hacia la liberación de conflictos psicológicos por medio de desarrollar su yo a través del otro, unirse al mundo sin perder su esencia y acercarse a su espiritualidad por la vía del amor.

Finalmente, a manera de complemento a lo desarrollado en los primeros cuatro capítulos de este libro, se realiza el análisis de un caso clínico, diagnosticado por una institución psiquiátrica con Trastorno de la Personalidad Límite. Mediante el desarrollo de diez sesiones, se ilustra cómo un adolescente puede beneficiarse de este enfoque integral que, desde una mirada compleja de la realidad, integra los pilares humanistas.



Centro
de Investigaciones

ISBN: 978-9978-25-291-8



uees_ec

universidadesspiritusanto

www.uees.edu.ec

Km. 2,5 La Puntilla,
Samborondón

ceninv@uees.edu.ec

Teléfono: (593-4) 500 0950 Ext: 1319 - 1317