

# El misterio de la alquimia. Observaciones en el laboratorio psicoanalítico

DRA. SILVIA CANTIS\*

## A modo de introducción

Nuestra profesión y nuestro trabajo cotidiano requieren redescubrimientos permanentes, ya que el psicoanálisis, además de ser un método terapéutico, es una teoría viva y, como tal, debemos siempre pensarla y repensarla, soñarla y re-soñarla, descubrirla y re-descubrirla. En este sentido, me es muy gratificante compartir este viaje con todos ustedes, viaje en el que espero y deseo que durante las horas de nuestro trabajo en común consigamos replantearnos una vez más cómo podemos comprender los efectos que un tratamiento psicoanalítico tiene sobre nuestros pacientes. Mi intención hoy es mirar de cerca lo que ocurre todos los días en nuestros consultorios mientras estamos trabajando en esta increíble, apasionante y solitaria profesión.

En dicho contexto, agradezco a la Asociación Psicoanalítica de Guadalajara por darme la libertad para hablar de temas clásicos del psicoanálisis de siempre y de la clínica de todos los días; también agradezco a todos los aquí presentes por su predisposición a volver a pensar en todo ello. Espero que estas horas de trabajo sirvan tanto para refrescar ideas más conocidas como para plantear algunas cuestiones puestas en la mesa de la actualidad psicoanalítica.

Pensemos por ejemplo en cómo ha cambiado el enfoque de la importancia de la relación analista-analizado como co-gestora de cambio psíquico, como si en la actualidad la comprensión de la acción terapéutica del psicoanálisis ya no estuviera tan alejada de las características particulares de cada diada analítica.

Quiero aclararos, en relación al misterio del título, que fue una paciente que traté bastantes años atrás, quien se preguntó poco tiempo antes de terminar su análisis qué clase de "alquimia" (palabra usada por ella misma) se había producido para que su vida hubiera cambiado tanto, para que sus síntomas se hubieran alivia-

\*Silvia Cantis Silberstein  
Asociación Psicoanalítica  
de Madrid  
Psicoanalista didacta

scantis@wanadoo.es

do o desaparecido y pudiera vivir su vida más felizmente. Ella lo llamaba “alquimia” en el sentido de una cierta magia que no se explicaba, recuerdo que me decía: “Yo vengo, hablamos de todo un poco, y estoy mucho mejor. ¿Qué pasa aquí? ¿Qué clase de alquimia se produce? ¿Qué hace o dice usted que no pueda decirse o hacerse en una charla con una amiga?”.

A veces los pacientes nos enseñan, y su palabra, “alquimia”, me gustó y me quedó grabada. Pensé que era una excelente pregunta que sinceramente no hubiera sabido cómo contestarle en ese momento y que tenía que pensar. Mi paciente tenía razón, había una misteriosa alquimia que comprender y, en eso, supongo que al menos en eso, hoy estaríamos de acuerdo aquí.

¿De qué dependen las distintas modalidades elaborativas? ¿Qué relación tienen con el *insight*? ¿Qué es lo que es deseable conseguir en un proceso analítico? ¿Y de qué manera lo podemos promover o favorecer? ¿Por qué como cura el psicoanálisis? ¿Y por qué hablamos de cura?

Aquí cabe una primera aclaración: como vemos, soy de los que piensan claramente que lo que buscamos en nuestro trabajo con los pacientes es una remisión clínica; como decía Freud en 1895: “sustituir el sufrimiento neurótico por la miseria cotidiana”.

Los psicoanalistas Baranger y Mon, con la inteligencia que caracteriza sus escritos, hacían un curioso juego de palabras. Decían que seríamos víctimas de una “idea incurable”, y esta idea incurable no es otra que la idea de curación.

Aún asumiendo los riesgos del llamado “*furor curandis*”, creo que en ningún tratamiento psicoanalítico puede ni debe estar ausente una intención curativa teniendo en cuenta, sin embargo, que no todo lo que sucede en un análisis es curativo; claro que, demás está decirlo, no habla-

mos en ningún caso de curaciones totales ni de una supuesta adquisición de normalidad. Este punto de partida resulta útil para pensar en qué se ha puesto en juego para que esa particular modalidad de remisión se produzca y de qué estamos hablando cuando hablamos de curación. En psicoanálisis llamamos ‘curación’ a la modificación favorable de sufrimientos u organizaciones patológicas, disminución del dolor psíquico y aumento de la capacidad de enfrentar los conflictos, poder aceptar frustraciones con mejores recursos y menor sufrimiento. En esta apasionante profesión, buscamos conseguir que alguien pueda sentir amor, pueda disfrutar de sentirse creativo en su trabajo, adquiera capacidad para el juego, para el humor, pero sobre todo buscamos ayudar a una persona a sentirse más libre y más capaz de conectar. Se trata de crear las condiciones para la libertad y creatividad de cada persona, evitando progresivamente que la repetición lo aprisione y empobrezca.

Seguramente a cada uno de los que estamos aquí, hoy se nos ocurriría otra manera de comprenderlo y, por tanto, de explicarlo, y hablar de los distintos criterios de curación en psicoanálisis sería interminable.

Veamos como muestra una lista de los distintos objetivos que se pueden esperar que se cumplan en un paciente durante un proceso psicoanalítico, teniendo en cuenta que, en este listado, confluyen diferentes líneas teóricas y técnicas. Aquí veremos lo que debería ocurrirle a los pacientes mientras que nuestro papel como analistas sería procurar comprender los procesos enumerados y transmitir esta comprensión al paciente.

Hablaríamos entonces según las épocas y los modelos teóricos o esquemas referenciales de: Abreacción. Catarsis. Llenar lagunas mnémicas. Recordar en lugar de repetir. Hacer consciente lo inconsciente

(1º tópica). Levantar represiones. Transformar la neurosis en neurosis de transferencia. Resolver fijaciones infantiles. Maduración de la personalidad. Conocimiento de sí mismo. Adquisición de *insight*. Donde esté el Ello debe estar el Yo. Elaboración. Capacidad de sublimación. Capacidad de reparación. Mejor relación con los objetos internos. Cambios en el mundo interno. Mayor libertad interior. Plasticidad del Yo. Autonomía del Yo. Adaptación. Integrar esencias. Síntesis del Yo. Reducción de clivajes. Discriminaciones.

Como vemos, el trabajo no es fácil, no es corto, no se puede realizar en cualquier condición y la exigencia es grande.

Para mi recorrido de hoy con todos ustedes, he elegido algunos conceptos con el objeto de dar una cierta organización a mi exposición, sabiendo que son apartados que no se pueden diferenciar tan esquemáticamente. Estos apartados son: características del proceso analítico, *insight*, elaboración, temporalización de experiencias y aspectos de la relación analista-paciente.

Desarrollaré estos conceptos según mi propia perspectiva, contando con valiosos aportes de autores que considero importantes para una mejor comprensión de la acción terapéutica.

Durante mi exposición, voy a abordar estos temas con la intención de dejar caminos abiertos y no de llegar a ninguna conclusión cerrada; lo que busco en este encuentro es suscitar el interés y la curiosidad de todos ustedes, y ofrecer mi material simplemente como una herramienta de trabajo.

Creo plenamente en la necesidad de delimitar ciertos conceptos aunque sea esquemático; pienso que es un ejercicio de discriminación necesario. Y planteo esta necesidad en la idea de que quizás son los mismos conceptos los que no están claramente discriminados o que la constante evolución de las ideas psicoanalíticas

hace que necesitemos replantearlos con sus cambios ya que, como bien sabemos, nuestra disciplina no se puede enfocar como una teoría cerrada donde todo ya está dicho porque eso significaría la muerte de la teoría psicoanalítica.

## Proceso

Veamos, para empezar, cuáles serían los elementos constitutivos de un proceso psicoanalítico, proceso en el que, como bien sabemos, se entablan complejos vínculos entre analista y analizado que caracterizan el establecimiento y mantenimiento de la situación analítica, dentro de la cual se crearán las condiciones para el desarrollo de la neurosis de transferencia. Tanto el encuadre, marco fundamental para establecer las normas, como el contrato o pacto analítico como acuerdo entre las partes, funcionarán como formas de protección y organización, y llamamos proceso analítico propiamente dicho al funcionamiento de todo este dispositivo a través del devenir temporal.

Por otro lado, damos por sentado que el proceso analítico debe producir cambios, y esos cambios son los que llamamos acción terapéutica del psicoanálisis.

Recordemos aquí la cantidad de metáforas que usó Freud para describir las características del proceso analítico, la metáfora bélica en la cual se señalaba la invasión del territorio por el enemigo que era la neurosis y su reconquista por el tratamiento analítico; la metáfora arqueológica en la cual se apreciaban, en las excavaciones, distintas capas subterráneas de restos edificados y destruidos; la metáfora escultural con su célebre "*per via de porre*" y "*per via de levare*"; la metáfora telefónica, la metáfora quirúrgica, la metáfora ajedrecista. Así vemos cómo el proceso analítico no era sencillo de acotar conceptualmente para Freud, y que el concepto no se agotaba con

ninguna de estas metáforas, ya que cada una expresa una faceta de un problema de gran complejidad.

En los distintos trabajos psicoanalíticos sobre el tema, habría dos concepciones opuestas en cuanto a la naturaleza del proceso. Por un lado, la idea de que el proceso surge espontánea y naturalmente; por otro, la concepción de que el proceso es un artificio producido por las condiciones en que se desarrolla el análisis y a las cuales el paciente se tiene que adaptar.

Cuando se sostiene que el proceso es natural y espontáneo, quizás no se esté teniendo en cuenta que son las condiciones del análisis las que pueden favorecer la aparición de este proceso y mantenerlo, así que, de alguna manera, podemos pensar que ambos puntos de vista son reales en este caso y se complementan.

Con lo cual sostendríamos la idea de la transformación de un proceso espontáneo en artefacto; quizás, más que transformación, se trataría de aprovechar un proceso espontáneo para aplicarle un artefacto que hará más fácil y fluida la aparición, así como mantenimiento del proceso espontáneo. En este sentido, no se trataría de decir que determinado conflicto adquirió intensidad en el análisis sino que existía tal cual, pero no se lo podía observar con la nitidez que adquiere dentro de un proceso analítico.

El proceso analítico como tal está escasamente delimitado, tanto es así que en muchos trabajos se define por la negativa, es decir, como algo de lo que se tiene noticia cuando no está funcionando, ya sea porque se ha detenido, ya sea porque no ha llegado a instalarse. En este sentido, los Baranger y Mon señalan la importancia de detenerse en los momentos en los cuales el proceso no se continúa o tropieza. Además del llamado *impasse* o detención del proceso, el no-proceso puede manifestarse paradójicamente incluso con la aparición de todos los indicadores positivos del pro-

ceso utilizados, en este caso para disimular su inexistencia. Sucede cuando el paciente intenta conformar al analista y se manifiesta como una suerte de movimiento circular en el cual el analizado viene puntualmente, asocia, escucha, aprueba las interpretaciones y a veces las repite como un mantra, dando la impresión de que el trabajo está siendo útil. En este caso, el no-proceso se encubre con apariencia de proceso. Sorprendente y paradójicamente, también puede ocurrir lo contrario y encubrirse en el no-proceso un verdadero proceso.

Otro aporte extraordinario y de los que más me gustan, es el importante concepto de proceso en espiral de Pichon Riviere. Proceso en espiral que, como el mismo pensador conceptualiza en los años cincuenta del siglo XX, implica todas las dimensiones temporales, tanto el pasado que se repite en el presente de la situación analítica como el futuro que en ella se abre en forma de prospectiva. Por ello, el vaivén del proceso recorre en un sentido y en otro las distintas vueltas de una espiral sin comienzo ni final predeterminado.

Esta visión del proceso resulta realmente novedosa hasta nuestros días, ya que en ningún caso permite interpretar el proceso analítico como un trayecto lineal, en el cual se van recorriendo diferentes etapas entre un punto de partida y un punto de llegada con una concepción más bien evolutiva o de desarrollo, como han sostenido otros autores.

Para Pichon Riviere, la dialéctica del proceso implica todas las dimensiones temporales, tanto el pasado que viene a repetirse en el presente de la situación analítica, como el futuro que en ella se abre en forma de prospectiva. La superposición de las curvas de la espiral ilustra esa mezcla de repetición y no repetición, pasado y construcción del porvenir que caracterizan el proceso analítico. A partir de ahora, vamos a poner el foco en lo que considero

lo esencial del proceso, lo que no se ve, cómo se irán produciendo los cambios que están ligados a la acción terapéutica del psicoanálisis. Por eso lo he llamado “el laboratorio del psicoanálisis”, porque he intentado introducir una mirada similar a la de un microscopio que pueda darnos una imagen de cerca de la forma en que se van produciendo los cambios que darán como resultado el alivio del sufrimiento psíquico.

## **Insight**

En el curso de un proceso analítico, los momentos en que aparece el *insight* se acompañan de una vivencia de sorpresa y descubrimiento, incluso en el caso en que el contenido del *insight* sea desagradable; el descubrir y la sensación de saber provocan un cierto alivio.

El concepto de *insight* como tal es complicado de definir y comprender en tanto toca temas clave en cuanto a la esencia de los procesos mediante los cuales se va consiguiendo la acción terapéutica del psicoanálisis, temas clave como la verdad acerca de uno mismo, los procesos de simbolización, el desarrollo de pensamiento o el curso de la elaboración tanto en el propio paciente como dentro de la pareja analítica.

Tanto el término inglés *insight* como el alemán *einsicht*, que es el utilizado en la obra de Freud, provienen del lenguaje común, como ocurre muchas veces con términos utilizados en la teoría psicoanalítica.

La palabra alemana *Einsicht* se traduce como comprensión, inteligencia, entendimiento, reconocimiento, consideración e incluso intuición, y se utiliza, fundamentalmente, para la adquisición de conocimientos subjetivo-reflexivos.

El término inglés *Insight* es más utilizado para el conocimiento de lo objetivo; su uso apunta a un sentido más instrumental y empírico, y se puede traducir también

como perspicacia, percepción o conocimiento de la naturaleza de las cosas.

*Insight* habla de comprensión, de ver algo con la mente, de una especial visión que metafóricamente usa este sentido, el de la vista, para nombrar un proceso mental que se expresará en última instancia mediante palabras; es decir que, en realidad, no vemos con los ojos, sino que entendemos con la mente aunque lo llamemos “ver”. Un ejemplo sería: “Esto tengo que verlo en mi análisis”. O: “Lo veo claro”.

Históricamente, las primeras apariciones del término *insight* en la psiquiatría tradicional se refieren simplemente al reconocimiento de la conducta propia como anormal; evidentemente, hoy no consideramos que se trate de un *insight* real. Se trataría más bien de tener consciencia de enfermedad, algo que resulta muy útil para pedir ayuda pero que no constituye un *insight*.

Hubo épocas pretéritas del método psicoanalítico en las que se trabajaba, entendiéndose que era el analista quien poseía el conocimiento sobre el paciente y debía dar *insight*, *insight* que el analizado recibía. Tengamos en cuenta en este sentido que el *insight* se consideraba curativo en sí mismo; el analista proporcionaba una serie de interpretaciones iluminadoras mediante las cuales el paciente recibía un *insight*, erigiéndose el analista en alguien que sabía la verdad sobre el paciente porque tenía el poder de penetrar dentro de su mente. El paciente aceptaba esta verdad y, aunque dicho así parece una caricatura, no lo es tanto si pensamos cuántas veces los pacientes desearían que fuera así y nos lo solicitan insistentemente.

Tan importante es este concepto que, el hecho de lograrlo, de conseguir *insight*, ha sido considerado como el instrumento más importante de cambio en psicoanálisis. En este sentido, sorprende que Freud no utilizara demasiado esta noción.

Tanto es así que para Etchegoyen, el *insight* ni siquiera sería un concepto freudiano, ya que considera que habría sido introducido por analistas europeos y americanos posteriores a Freud. Define al *insight* como un proceso mediante el cual alcanzamos una visión nueva y distinta de nosotros mismos cuya importancia vital reside en que, a partir de ese tan peculiar conocimiento, cambiaría el significado de la experiencia subjetiva. Estaríamos en el centro mismo de la acción terapéutica del psicoanálisis, mirando por la lente del microscopio, y puede que incluso observando el misterioso secreto de la alquimia.

Los numerosos trabajos dedicados al *insight* se han enfocado en la dificultad de definir y diferenciar entre un *insight* emocional y un *insight* intelectual.

En una revisión amplia de la extensa literatura psicoanalítica que existe sobre el tema, habría fundamentalmente tres puntos de vista diferentes.

En primer lugar, el punto de vista más clásico en el cual el *insight* estaría vinculado al descubrimiento de la realidad inconsciente; en este caso, se trataría de explicar un comportamiento actual con base en acontecimientos tempranos. En este punto de vista, se supone que el conocimiento de los procesos inconscientes tendría un efecto curativo aunque sabemos que no siempre es así, ya que este conocimiento, no obstante necesario, no es suficiente para que se produzcan cambios importantes y definitivos.

En segundo término, estarían los distintos autores que entienden el *insight* como la posibilidad de dar nuevos significados a contenidos psíquicos preexistentes. En este segundo caso, estaríamos más cerca del concepto de resignificación de la propia historia, de la cual hablaremos ampliamente más adelante.

Y en tercer lugar, encontramos los trabajos de los autores que vinculan el *insight*

directamente al cambio, este tercer punto de vista acerca el concepto al de elaboración y acción terapéutica. Es como si prácticamente no se diferenciaron las adquisiciones de *insight* de los procesos elaborativos.

La utilidad de discriminar entre estos tres puntos de vista es meramente descriptiva, creo que es claro que los tres abarcan distintos aspectos del *insight* que no se pueden separar tan tajantemente. Pensémoslo en el transcurso de una sesión, por ejemplo: ¿cuándo estaríamos en cada uno de los tres? ¿O iríamos variando de uno a otro sin ser demasiado conscientes de ello?

Entre los psicólogos del Yo norteamericanos de los años cincuenta del siglo XX, hubo un gran interés en el tema del *insight*, sobre todo en la discriminación de diferentes categorías ligadas a este concepto de difícil definición.

En uno de los estudios más extensos y completos del concepto, se describe el *insight* de tres tipos diferentes, *insight* neutro o intelectual, *insight* emocional, e *insight* dinámico u operante. Este tercer *insight*, llamado operante, sería el que promueve los cambios significativos.

Resulta interesante observar la importancia de las conexiones de sentido más que la de los contenidos; esto significaría que no se trata del conocimiento adquirido directamente de una sola interpretación, sino de algo que va creciendo internamente, probablemente después de que la interpretación o más bien un proceso interpretativo ha sembrado un núcleo a partir del cual la comprensión va aumentando. Esta visión es clave, ya que a partir de un núcleo de *insight* que funcionaría como atractor, se irían agregando nuevas capas de *insight*; en este sentido, los *insights* más útiles serían los que promueven nuevos *insights* y no los vividos como verdades, más cercanos a lo que podríamos llamar *insights* eureka o mágicos, ya que estas adquisiciones 'milagro' se darían en modo de revelación

súbita sin que ningún proceso de reorganización se inicie ni desarrolle. Quiero enfatizar especialmente este punto de vista en el cual lo importante, más que el *insight* en sí mismo, sería el proceso que busca el *insight*.

Una importante aportación señala desde el principio la cuestión general del *insight* en relación al rol del psicoanalista, y sostiene que lo que caracteriza un trabajo psicoanalítico y lo diferencia de otros abordajes, es precisamente la adquisición de *insight*; este trabajo postula que la toma de conciencia se puede realizar, o bien por palabras o bien por vivencias que suponen contacto directo con determinados fenómenos.

Habla en el primer caso de *insight* descriptivo, y en el segundo de *insight* ostensivo, también los llama *insight* de primera mano e *insights* de segunda mano, haciendo ver cómo el *insight* requiere tanto de lo vivencial como de lo descriptivo. Se necesita la integración de los diferentes tipos de *insight*, ostensivo y descriptivo, para que se produzcan cambios reales, ya que los *insights* deben su aparición tanto a una comprensión intelectual como emocional; sólo de forma intelectual es difícil conectar con lo más profundo, pero lo emocional “*per se*” puede terminar siendo una masiva descarga sin más efecto a nivel de comprensión.

Anna Freud distingue entre *insight* como atención al mundo interno y comprensión como lo que estaría orientado hacia el mundo externo, categorías que otros autores habían denominado también como *insight* psicoanalítico e *insight* orientado a la realidad.

Para algunos autores, lo importante sería concebir el *insight* como un proceso, entendiendo que *insight* y elaboración estarían íntimamente conectados desde el principio del proceso, y no sería el *insight* el que secundariamente llevaría a la elabo-

ración. A veces se ha definido *insight* como lo cierto acerca de uno mismo, llamando a todo lo demás seudo *insight*; sin embargo, tal adjudicación nos pone en contacto con el difícil e incierto terreno de qué es verdad desde el punto de vista psicoanalítico, el complicado asunto de la verdad sobre uno mismo.

También son muchas y diversas las explicaciones de cómo trabaja el *insight*.

Hay autores que consideran que cuando se interpretan las resistencias el contenido reprimido reaparece y es aceptado por el Yo, de modo que esta reaparición facilita la reorganización psíquica; si pudiéramos diseccionar paso a paso el proceso, se daría de la forma siguiente. A partir del reconocimiento de un conflicto, se suspendería la atención activa y defensiva, la autoobservación y el análisis interpretativo de las resistencias modificarían el material que sería posteriormente reintegrado en el Yo. Estas reintegraciones sucesivas irán conformando la reorganización psíquica.

Acercándonos un poco más al proceso de adquisición de *insight*, tendríamos que explicar cómo se constituyen significados y sentidos a partir de informaciones procesadas, y cómo es el proceso de simbolizaciones que constituye el pensamiento.

Cuando se produce una nueva configuración simbólica, se siente como *insight* y se incorpora como nueva configuración, y es esta nueva configuración la que produce una sensación inequívoca de descubrimiento y conexión.

Hay autores psicoanalíticos para quienes el *insight* es el resultado de una actividad inconsciente de comparación con patrones, en la que se encuentra una falta de coincidencia, lo cual provoca una nueva constelación o patrón que representa una nueva simbolización de la experiencia, implicando de forma crucial una imagen del *self* modificada.



Otro aspecto destacable es el duelo que supone la adquisición de *insight*, duelo por la forma inadecuada en que se han enfrentado los conflictos y dolor por el abandono de viejas e inútiles maneras de funcionar y el más que doloroso proceso de enfrentarse a la evidencia de haber vivido engañado y afrontar el sentimiento de responsabilidad por el mantenimiento de tal engaño. Por este motivo, el *insight* siempre estará acompañado de una cierta cuota de sufrimiento aunque suponga un alivio, ya que es una crisis del sistema de teorías defensivas que el paciente ha edificado a lo largo de su existencia para protegerse. El *insight* muestra la falsedad de las teorías defensivas omnipotentes y pone al paciente frente a su desvalimiento.

Como conclusión y para resumir y centrar el tema, podríamos decir que el *insight* es una experiencia tanto de conocimiento como afectiva, y que no se instala de una vez y para siempre, sino que puede aparecer y desaparecer para volver a aparecer, desarrollándose en torno a un proceso en el cual un núcleo de *insight* atraería a otros *insights*. Tanto el aspecto emocional como el intelectual habrán de integrarse, aunque existe en este tema un cierto prejuicio, tomando la parte más cognitiva del *insight* como algo demasiado intelectual o falso, confundiendo un proceso de conocimiento con una intelectualización defensiva. Acerca del aspecto emocional del *insight*, en cambio, no parece haber demasiada controversia, al contrario, se enfatiza y destaca su necesidad.

Es importante señalar la trascendencia de los dos aspectos, ya que un *insight* sólo emocional no sería suficiente, no sería elaborativo puesto que el trabajo elaborativo requiere de un trabajo más intelectual y secundarizado que lo puramente emocional.

La idealización de lo emocional probablemente tenga que ver más con lo que he-

mos llamado el *insight* eureka; no se trata de obtener un gran insight de fulminante expansión y clarificación, más bien se trataría de una sucesión de pequeños y repetidos *insights* que progresivamente van trabajando sinérgicamente produciendo cambios importantes. Podríamos visualizarlo a través de la imagen de una trama en constante evolución, tejiendo y destejiendo para acabar tejiendo algo más sólido y más persistente.

El objetivo a lograr sería que hubiera unas estructuras de *insight*, series duraderas y sólidas de relaciones internas que sirvan para modificar funcionamientos adquiridos.

Si lo que se proporciona al paciente es un marco conceptual y a la vez afectivo de *insight*, el cambio terapéutico podrá producirse.

El *insight* obtenido a través de las intervenciones del analista genera una reintegración, creando nuevos aspectos en la organización psíquica. Como consecuencia de la elaboración, este *insight* puede volverse automático o llevar a la inhibición las modalidades previas de funcionamiento y al uso de otras más apropiadas.

## Elaboración

La elaboración es un concepto esencial y propio del método psicoanalítico en tanto que es el que diferencia al psicoanálisis de cualquier terapia de sugestión y constituye una de las nociones fundamentales que recorre transversalmente los diferentes modelos de la teoría psicoanalítica, estando presente en todos ellos.

En la teoría freudiana, el concepto de elaboración como tal aparece en 1914 en "Recuerdo, repetición y elaboración"; fundamental trabajo cuya mayor parte está dedicada a los dos primeros temas y en el que la elaboración sólo es aludida al final.



[Cito textualmente] *Ha de dejarse tiempo al enfermo para ahondar en la resistencia hasta entonces desconocida para él, elaborarla y dominarla [...].*

*En todo esto, el médico no tiene que hacer más que esperar y dejar desarrollarse un proceso que no puede ser eludido ni tampoco apresurado [...].*

*En la práctica esta elaboración de las resistencias puede constituir una penosa labor para el analizado y una dura prueba de paciencia del médico.*

*Pero también constituye parte de la labor que ejerce sobre el paciente mayor acción modificadora y lo que diferencia al tratamiento analítico de todo influjo por sugestión.*

Recordemos la breve duración de los análisis en tiempo de Freud, tiempo en el que se consideraba que un análisis era largo si duraba un año, y pensemos cómo se han alargado hasta nuestro tiempo; en esto encontraremos una articulación importante con la elaboración y la paciencia necesaria para dejar que el proceso elaborativo se desarrolle. Puede que allí vislumbrara Freud que era necesaria una duración más prolongada del proceso analítico para conseguir un trabajo elaborativo eficaz.

Las aproximaciones más clásicas al tema señalan la elaboración como un proceso psíquico por el cual la interpretación es asimilada a través de un cambio tóxico, intrapsíquico, cuyo resultado es una modificación dinámica y sobre todo económica, un reordenamiento de los investimentos libidinales, que transformaría energía libre en energía ligada. También se ha definido y comprendido como un trabajo de pensamiento que liga representaciones psíquicas, un trabajo de ligazón.

El clásico diccionario de Laplanche y Pontalis define 'elaboración' como el trabajo realizado por el aparato psíquico para controlar excitaciones en el cual se trataría

de integrarlas y establecer conexiones asociativas entre ellas.

Como bien sabemos, Freud utilizó el vocablo alemán *Durcharbeiten*, traducible como trabajo elaborativo. Esta palabra se ha traducido al inglés como *working through*, expresión que además da sentido de algo que va sucediendo en el devenir del tiempo (*Through* o "a través").

Es interesante notar que la palabra *arbeit*, que en alemán significa "trabajo", es utilizada por Freud en otros contextos, tales como "trabajo de sueño" o "trabajo de duelo". Resulta ciertamente destacable esta noción ligada al trabajo que aleja cualquier idea de cambio mágico, y nos hace pensar en una tarea de larga duración, complicada, frustrante, dolorosa y que requiere una dura prueba de paciencia.

Como bien sabemos, Freud y Breuer tomaron este término muy tempranamente de Charcot, para quien había un período de elaboración psíquica entre el traumatismo y la aparición de los síntomas. Recordemos que en los primeros historiales, el recuerdo del trauma persiste como grupo psíquico separado y que el establecimiento de conexiones asociativas surge como resultado de la cura en un primer esbozo de elaboración. Posteriormente, la elaboración se define como el proceso por el cual el analizado integra una interpretación y supera las resistencias que ésta suscita, instalándose un tipo de trabajo psíquico que permite al paciente librarse de los mecanismos repetitivos.

A partir de esta fundamental noción freudiana, surgen trabajos con diferentes puntos de vista en diferentes contextos.

Muchos de estos trabajos centran sus tesis en la idea lógica para el psicoanálisis de que los procesos elaborativos tendrán que trabajar sobre la presencia del pasado traumático, reconstruir eventos de la infancia y la neurosis infantil. En algunos de esos importantes trabajos, se señala la im-

portancia de la relación analítica y cómo el trabajo analítico llevaría a la comprensión e *insight*, y el trabajo elaborativo llevaría a los cambios psíquicos.

Esta idea resulta interesante; se trataría entonces de poner unas condiciones para que el proceso se desarrolle solo. En este sentido, recordemos que la palabra *durcharbeiten*, usada por Freud, también tiene como acepción "trabajo de la masa".

Sería, salvando las distancias, como trabajar una masa y dejarla para que se siga procesando por sí misma como realmente se hace con las masas de levadura.

Hay autores que relacionan la elaboración con determinadas formas de aprendizaje que requieren de múltiples repeticiones y un periodo prolongado para tolerar el intenso displacer que produce la herida narcisista que supone metabolizar la realidad propia.

Incluso algún autor compara la elaboración con un proceso madurativo de desarrollo, teorizando acerca de cómo, a partir del *insight* asimilado, se adquieren nuevas capacidades que desembocan en una concepción diferente del sí mismo y el proceso de duelo por el sí mismo antiguo; algo comparable al concepto de crecimiento mental.

También hay ideas diferentes en torno a si el trabajo se realiza más del lado del analista o del lado del paciente; al respecto pienso que los procesos elaborativos como los "entiendo", se producirían en el paciente a partir del trabajo de ambos.

Para René Rousillon (2007), el trabajo elaborativo acompaña toda la práctica psicoanalítica según diferentes modelos. Y clasifica los modelos según las resistencias en tres clases de trabajo elaborativo: con las resistencias del Yo, con las del Ello y con las del Superyó.

En el primer modelo, las resistencias (represión, transferencia y beneficios secundarios de la enfermedad) están rela-

cionadas con la rememoración del pasado reprimido a cuyo recuerdo el paciente se resiste. El trabajo se realiza fragmento por fragmento y se trata de un proceso de toma de conciencia de lo reprimido secundariamente. Se trabaja en el terreno de las representaciones que organizan las cadenas asociativas en una reconstrucción histórica. Para que este trabajo se lleve a cabo, es necesario el desarrollo de una neurosis de transferencia.

En el segundo modelo que plantea Rousillon, estarían en juego las resistencias del Ello. Estaríamos trabajando en el terreno de lo traumático y la repetición. Para ejemplificar este segundo modelo, lo compara con el juego infantil en el sentido de ligar lo traumático y permitir el trabajo de simbolización. En este modelo, la implicación del analista sería mayor que en el primer modelo ejemplificado, ya que este trabajo elaborativo sería realizado entre dos. La representación no está dada sino que tiene que ser construida en un intento de simbolizar lo que no ha sido simbolizado.

En el tercer modelo, se trataría de las resistencias del Superyó y la elaboración estaría más ligada a la desidentificación de las figuras parentales y del propio analista.

En este estudio de Rousillon, vemos a partir de su tesis de los tres modelos de elaboración presentes, cómo éstos abarcan distintas situaciones clínicas. Pacientes que responderían más al modelo uno, dos o tres, según el tipo de patologías que se nos presenten. Pacientes en quienes trabajaremos sobre una reconstrucción histórica, pacientes que no han podido crear redes simbólicas suficientes y pacientes que han quedado atrapados en identificaciones alienantes con sus objetos parentales. Sabiendo también que ninguno de los tres casos funciona exclusivamente en un solo modelo elaborativo y que también dependerá del esquema referencial del analista.

## Temporalidad e historización

Se trata de un caso particular de elaboración, el encuentro con la propia historia y la adquisición de la capacidad para narrarla o autohistorización. Retomando las ideas de Piera Aulagnier, el Yo se transformaría en un historiador de sí mismo y el propósito del análisis sería que, a partir de los elementos fragmentarios del pasado, se gestara una construcción histórica. Lo importante sería el sentimiento de continuidad temporal y la posibilidad de dar a esta construcción histórica una explicación que pudiera dar una visión esperanzadora del futuro.

En su interesante desarrollo, Aulagnier señala que el Yo tiene en su funcionamiento la necesidad de situarse y anclarse en una historia que sustituya un tiempo vivido-perdido por una versión que el sujeto se procura en función de una reorganización. El resultado sería el conocimiento de las causas que lo hicieron ser, que dan razón a su presente y hacen pensable e investible un eventual futuro. Desde esta perspectiva, el sentimiento de continuidad temporal supondría el alivio necesario para vivir de otra manera, destacando que, lejos de tratarse de la calidad de lo vivido, lo que marca la diferencia sería poder vivirlo como una continuidad.

Durante el proceso analítico, a través de lo vivenciado, el sujeto adquiere un conocimiento de la singularidad de su propia historia, de su propia relación con el pasado, el futuro y su realidad presente a partir de la relación del Yo con el “antes” de él mismo. La tarea del Yo consistirá en transformar esos “documentos fragmentarios” en una construcción histórica que aporte la sensación de continuidad temporal, condición *sine qua non* para anudar lo que se es a lo que se ha sido y proyectar al futuro un devenir. Y será en esta construcción histórica en la que el trabajo de historización,

al mismo tiempo transformador y transformado, temporalizador y temporalizado, va estableciendo lazos, sentidos, ligazones que deberán ser secuenciadas y datadas para poder constituirse en una historia sentida como propia.

Es así como durante la cura se construye un tiempo intermediario, un tiempo específico de los procesos temporalizantes resultando de analista y paciente una suerte de “viajeros temporales” que van recorriendo las distintas temporalidades. Un tiempo para la infancia, para las huellas y fijaciones, el tiempo del inconsciente, el de la memoria con sus recuerdos, el de la repetición, el de la amnesia; tiempos de las distintas estrategias que, entrelazadas, van temporalizándose organizando lo vivido, mediante sucesivas transformaciones que nunca acaban, y que hacen que el sujeto consiga pensarse, autohistorizarse y transformar su historia en un relato. Porque, poco a poco, la autohistorización encontrará su destino narrativo, siendo el relato el medio privilegiado para organizar la experiencia temporal.

De esta manera, la narración es condición unificadora de la existencia temporal y el tiempo adquiere significación, transformándose en tiempo humano, al estar articulado y sostenido por una trama narrativa como si de la “apropiación humana” del tiempo se tratara.

En este sentido, el analista intenta ayudar al paciente a construir este tiempo intermediario articulado entre sus fijaciones a otro tiempo y el tiempo de su vida cotidiana, y es en ese tiempo intermediario en el que encontrará una explicación a los síntomas que lo detienen. Este tiempo intermediario, tiempo que se gesta en la relación entre analista y paciente, requiere de un trabajo de elaboración permanente y es una creación original que conduce a dar un sentido de continuidad a lo vivido.

De esta manera, a través de la tempo-

ralización, el sujeto es capaz de pensarse en el terreno del tiempo humano, haciéndose dueño de la propia historia, historia que, al transformarse en narración, reconfigura nuevamente la experiencia temporal y así sucesivamente en un perenne movimiento sin fin. Así, habría un camino de ida y vuelta que se retroalimenta a modo de *feed-back*; de un lado, el tiempo se hace tiempo humano en cuanto se articula de modo narrativo, del otro, la narración se hace significativa en la medida en que reorganiza la experiencia temporal.

Y es esa historia secuenciable y secuenciada la que será a la vez un producto de los procesos elaborativos. Pensemos que una historia sin temporalizar funcionaría en un paciente como un mito acerca de sí mismo, un mito en el sentido de que no podría acontecer ningún cambio con lo cual el proceso analítico resultaría imposible.

En el tiempo mítico, se postula una suerte de punto cero que no es observable y que constituye un intento de explicación para la temporalidad que no puede ser organizada como secuenciable e historizable. Desde esta perspectiva, sugiero que el anclaje a este modo de temporalidad originaria conduciría a que lo mitológico acerca de uno mismo funcionara como un obturador de la temporalización, viéndose así impedida la construcción del tiempo humano. Y este anclaje, al no ser temporalizable, adquiriría el poder de permanecer eternamente, funcionando como una categoría de ordenamiento en la que ningún cambio sería concebible. Así, este anclaje a la temporalidad de los mitos, implicaría la inclusión en una temporalidad muerta, cíclica, en la que no hay transformación posible, y en esta lógica totalizante, nada es imprevisible porque ya todo está creado de una vez y para siempre. Las distintas estrategias temporales entrelazadas van temporalizándose organizando los

eventos, siendo ésta la forma de recordar propia del proceso psicoanalítico, temporalizar mediante sucesivas transformaciones que nunca acaban, e ir transformando la historia en un relato haciéndola propia. Porque, poco a poco, la autohistorización encontrará su destino narrativo siendo el relato el medio privilegiado para organizar la experiencia temporal. De esta manera, la narración es condición unificadora de la existencia temporal y el tiempo adquiere significación, transformándose en tiempo humano, articulado y sostenido por una trama narrativa.

### **La relación analista paciente**

Los psicoanalistas estamos trabajando horas y horas buscando un cambio psíquico en nuestros pacientes y, en este sentido, le damos a nuestro método y a nuestra técnica la capacidad de conseguirlo. De esta manera, teorizamos y decimos que mediante el trabajo elaborativo se accede a posibles cambios que otros abordajes más de tipo sugestivo no conseguirían. Es lo específico, lo que nos diferencia y lo que justifica la prolongación de los análisis y la frecuencia de sesiones a tiempos que a veces son difíciles de entender desde otros contextos.

En este contexto, debemos señalar que el trabajo conjunto de analista y paciente introduce al paciente en una relación nueva y diferente a todo lo vivenciado hasta el momento en el sentido de su importancia, profundidad y experiencia de empatía, relación en la cual el objetivo del analista será ayudar al paciente a entenderse.

Por ello, la actitud tolerante del analista resulta para el paciente una experiencia nueva y real que, vivenciada repetidamente, favorecería los procesos elaborativos.

Lo curioso es que la relación no podrá sostenerse si no promueve el *insight* y el trabajo elaborativo, y el *insight* y trabajo

elaborativo no aparecerán si no se mantiene y desarrolla la relación.

De esta manera, queda claro el hecho de que ambos están intrincados e inseparablemente unidos, la diada *insight/* elaboración y la relación analítica. Ninguno se mantiene si no existe el otro. Además, en el psicoanálisis se está constantemente observando los avatares de esta relación, cuestión que también constituye un *insight* en sí mismo que se va elaborando.

Por un lado, el análisis de la relación permite al paciente entender lo que le ocurre con otras personas, y por otro, ayuda a ambos participantes a continuar trabajando constructivamente.

Hay estudios que se refieren a la relación analítica como “matriz interactiva”, y señalan que esta relación toma forma en todo tratamiento por las características personales de analista y analizado, sus creencias, compromisos, esperanzas, miedos, necesidades y deseos; considera que solamente en el contexto de esta matriz interactiva los eventos de un análisis adquieren su sentido. La práctica psicoanalítica ha sufrido una profunda transformación al haberse pasado del modelo de un analista observador que escucha la asociación libre de su paciente, a pensar que la diada analítica consiste en dos personas en interacción compleja.

Sostienen que primero Freud pensaba en ciertas reglas que podrían aplicarse a cualquier paciente aunque él mismo aclaró que la técnica que él mismo descubrió se adaptaba a lo que le servía.

Más adelante en la historia de la técnica, se consideró que podía hacerse alguna adaptación para los pacientes que no toleraban la técnica *standard*. Siempre se trataba de algo excepcional y surgido exclusivamente de las necesidades de un paciente determinado.

En nuestros días, se considera que la individualidad del analista también dará

forma a la experiencia, con lo cual se da importancia a los dos participantes en la diada, y es este el punto de vista que dará la posibilidad de crear las condiciones necesarias para que tanto paciente como analista puedan trabajar lo más creativamente posible.

La idea principal sería el teorizar sobre cómo la relación entre paciente y analista es tan importante como el *insight* para producir cambios, basándonos en que es una relación diferente a todas las demás, una interacción empática muy profunda, importante y única en la que el sólo objetivo del analista es ayudar al paciente a entenderse a sí mismo. Y es esta misma relación la que resulta permanentemente monitorizada, comentada y analizada.

Para Janine Puget, el analista, además de ser un sujeto-objeto transferencial, es sujeto de un vínculo con otro sujeto, su analizado. Por lo tanto, tendrá que soportar o beneficiarse del trabajo que se inicia cuando se reconoce al otro como dotado de una alteridad irreductible. Eso hace que la producción que se da entre los dos sujetos provenga de esta actividad vincular. En este sentido, esta autora teoriza pensando que el vínculo entre analista y analizado produce algo que nunca estuvo y que llama “efecto de presencia”, algo que depende exclusivamente del encuentro. Desde esta perspectiva, cuestiona que se trate de repetición; se trata de un efecto de presencia que solo se puede reconocer y percibir en el espacio propio de la relación. Es así que esta visión resulta verdaderamente radical, ya que pareciera entonces no haber lugar alguno para la historia.

## A modo de conclusión

Hasta aquí llega mi recorrido de hoy y ahora, resta preguntarnos: ¿hemos avanzado algo en el misterio de la alquimia?

Como sabemos, la alquimia se define

como el estudio experimental de los fenómenos químicos, se desarrolló desde la antigüedad y sobre todo a lo largo del medioevo. Pretendía descubrir los elementos constitutivos del universo, la transmutación de los metales y el elixir de la vida eterna a través de encontrar la piedra filosofal que convirtiese en oro todos los metales. De su rama más empírica nació la química.

La manera como se concebía la transmutación era tomar un metal cualquiera y derretirlo, agregarle una pequeña porción de piedra filosofal y dejarlo actuar; al enfriarse, todo lo obtenido era oro.

Quizás podemos jugar a comparar un proceso analítico realmente como una alquimia en la cual analista y paciente interactúan, agregamos nuestra técnica y nuestro conocimiento y la teoría intraclínica que elaboramos para nuestro paciente en particular, y esperamos pacientemente a ver cómo se va transformando.

Recordemos que los alquimistas no sólo querían volver en oro cualquier metal, sino descubrir el elixir de la juventud eterna.

El nuestro puede ser seguir pensando y ayudar a los demás a conocerse y pensarse. ¿Será que algo de juventud mantenemos así? Muchas gracias.

## Bibliografía

- AULAGNIER, P.** (1984). *El aprendiz de historiador y el maestro brujo*, Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- BARANGER, M.; W. Y MON, J.** (1982). "Proceso y no proceso en el trabajo analítico". *Revista de Psicoanálisis*, Vol. 39. pp. 527-547.
- BARANGER, W.** (1979). "Proceso en espiral y campo dinámico". *Revista uruguaya de psicoanálisis*, Vol. 59.
- ETCHEGOYEN, H.** (1986). *Los fundamentos de la técnica psicoanalítica*. Amorrortu Editores. Buenos Aires.
- FREUD, A.** (1981). "Insight: It's presence and absence as a factor in normal development". *Psychoanalytic Study of the Child*. 36, pp. 129-136.
- FREUD, S.** (1914). "Recordar, repetir y reelaborar". *Obras completas de Freud*. Amorrortu Editores. Buenos Aires. 1976. Tomo XII.
- PUGET, J.** (2015). "Entre pasado y futuro: Hacer el presente. Entre presente y pasado: Hacer el futuro". *Revista de Psicoanálisis*. Madrid. 75, pp. 195-216.
- ROUSILLON, R.** (2009). "Repetir, recordar...: figuras de la memoria. La reelaboración y sus modelos". *Revista Uruguaya de Psicoanálisis*. 105, pp. 75-25.