

Receta para perseguir un sueño o el arte de devenir analista

ÁNGELA MADERO*

Tiempo de preparación: muchos años

Tiempo de cocción: toda una vida

Ingredientes:

- ♦ 1 sueño de devenir analista, que esté fresco y de muy buen tamaño
- ♦ Varios puños de sueños, que puedan renovarse de cuando en cuando
- ♦ 1 caja grande de pulsión y 1 de narcisismo marca “D’Vida”
- ♦ Muchos paquetes de tolerancia a la frustración; los necesarios para permanecer en el intento. Unos para ti, y otros para tus analistas y supervisores
- ♦ 1 planta de creatividad, de las que dan flores y retoños todo el año
- ♦ Muchos libros de teoría, explicados en clases por otros que van adelante en el camino, y que también son soñadores como tú
- ♦ Análisis, seminarios y supervisiones de buena calidad, ¿cantidad? Todos los que se pueda, para que ayuden a que se asienten los ingredientes y se logre seguir manteniendo fresco el sueño
- ♦ Kleenex, los necesarios
- ♦ Una botella gigante, tipo “pata de elefante”, de licor marca “Renuncia”, con la que se tienen que macerar diariamente todos los ingredientes
- ♦ Un recipiente muy grande hecho de ética que tenga capacidad para el silencio y la escucha, para poner ahí a macerar todo
- ♦ Una batidora de buena marca; si eres de Guadalajara, tienes la suerte de que en tu ciudad puedes encontrar la marca APG, donde encuentras expertos y refacciones todo el año

*Ángela Madero
Psicoanalista titular
de la Asociación
Psicoanalítica de
Guadalajara

angelamadero@hotmail.com

Nota 1: Si se suprime alguno de los ingredientes anteriores, se corre el riesgo de que el sueño se desmorone o pierda altura y brillo

Nota 2: Esta receta puede seguirse complementando con ingredientes sugeridos por otros analistas que van contigo o adelante en el camino

Procedimiento.

Quisiera retomar el procedimiento utilizado y sugerido por Freud en varias partes de su obra en donde dice que la formación para ser analistas tiene que estar sostenida en la siguiente trípode: estudio, análisis y supervisión, requisitos indispensables para poder ir detrás de éste como de muchos otros sueños. En muchas ocasiones en la sociedad o en otros grupos, se nos vende la idea de que podemos tener terapia express, aprendizaje express, y poca o nula supervisión, y con esto recuerdo un anuncio de cigarros que decía algo así como: “Si las cosas que valen la pena fueran fáciles, cualquiera las haría”. Si reflexionamos en esto, nos daremos cuenta de que no se trata de tomar una pastillita cura todo, o de que nos vendan la idea de que en un mes o en un año ya estaremos rechinando de sabios; se trata de realmente construirnos, con cimientos anti-terremotos y anticiclones, construyendo una vida plena y profunda para nosotros y poder ayudar a nuestros pacientes a hacer lo mismo.

Pero vayamos analizando por qué son necesarios los anteriores ingredientes.

Un sueño de devenir analista fresco y de muy buen tamaño

Hay un anuncio que dice que un tal señor Johnny Walker, en cinco años alcanzó sus sueños, y sugiere que sigamos caminando. Al leer el anuncio, mi primer impulso fue sentir envidia por ese tal Johnny Walker que en ¡cinco años! alcanzó sus sueños, pero luego, al leer: “sigue caminando”, pensé: y ese, ¿para qué sigue caminando si ya alcanzó sus sueños?

Lo anterior me llevó a pensar en algo que dijo una de mis supervisoras en alguna ocasión cuando yo me sentí mal por no haber hecho un buen trabajo con un paciente y, por lo tanto, haberlo dejado solo en sesión, y me dijo algo así: “Devenir analista es algo a lo que aspiramos todos, pero no se llega nunca, es un ideal del yo”.

Esa frase me consoló un poco, al mismo tiempo que me llevó a replantearme muchas

cosas: ¿Por qué me gusta el psicoanálisis? ¿Por qué quiero devenir analista? Me acordé de la frase que dice: “Donde está tu tesoro, allí está tu corazón”. Parafraseándola, quisiera agregarla a una reflexión que hacíamos en una supervisión grupal en donde decíamos: “En dónde está tu pasión? ¿En devenir analista? ¿O está en ti? O sea, la pasión está en mí, en brillar yo, o en ser analista? Si está solo en mí, pues más me vale echarle más ganas a mi análisis o cambiar de profesión, porque si sólo puedo verme a mí, no veo a los otros, y si no veo a los otros, ¿cómo voy a poder acompañarlos, escucharlos, ayudarlos?. ¿Dónde tendría que estar la pasión, en el sueño de devenir analista o en el camino para llegar a serlo?

Sigamos reflexionando en ello, pero vayamos al siguiente ingrediente:

Varios puños de sueños también renovables de cuando en cuando

Freud escribió que, para ser buen analista, había que tener una vida plena, satisfactoria. Sin ánimo de ser intérprete de Freud, quisiera decir lo que para mí significa la anterior frase.

Tener una vida satisfactoria es no querer completarse con los pacientes, ni con los otros, llámense pareja, amigos, alumnos, etc., ni tener como única vida el consultorio; es abrirse a una vida rica, llena de posibilidades, es tener otros intereses. Digamos con Winnicott cuando habla de que la madre tiene que tener en la mente al padre que, como analistas, tendríamos que tener en la mente otra cosa que no sean nuestros pacientes, digamos, un deseo que no es el paciente. Esto es ética y salud para ambos.

Por esto los sueños renovables: porque cuando se termina la consulta, uno puede inventar una cena, una reunión, leer un buen libro, ver una película, pintar, cantar, etc.

1 caja de pulsión y de 1 narcisismo marca “D Vida”

¿Por qué son tan necesarios estos ingredientes? Recuerdo una frase que he escuchado

en muchos seminarios, supervisiones, y que he leído en diferentes autores, que dicen que se necesita un analista vivo, con todo lo que conlleva el estar vivo, que es que la pulsión tenga un rumbo, no únicamente la descarga, y que esté ahí, pujando por construir, por significar lo nuevo. Es tomar de la vida, como escribe Winnicott, lo bueno que ésta tiene para ofrecernos, en vez de quejarnos y añorar lo que no tuvimos o no podemos tener.

En cuanto al narcisismo de vida que iría de la mano de la pulsión marca de “D’Vida”: Muchas veces escuchamos la palabra narcisismo y pensamos que es una especie de peste bubónica, que mata a quien la padece, e incluso nos alejamos como si fuera contagioso. Y bueno, si es narcisismo de muerte, pues sí matará a quien lo padezca, pero el narcisismo de vida es ese narcisismo que nos lleva a caminar en pos de nuestros sueños, y a renunciar también a muchas cosas, como veremos más adelante, para ir detrás de ellos.

Muchos Paquetes de tolerancia a la frustración, los necesarios para permanecer en el intento. Unos para ti y otros para tus analistas y supervisores

¿Por qué necesitaremos muchos paquetes de tolerancia a la frustración?

Por muchas razones, las que se me ocurren ahorita, aunque seguramente habrá más, son: Porque la transmisión del psicoanálisis lleva años, años de estudio, años de análisis, años de luchar por hacer las cosas bien, y que las cosas de todos modos no salgan todo lo bien que quisiéramos, años de supervisión y seguir atorándonos con algunos pacientes. Y también años para nuestros pacientes quienes tropiezan una y otra vez en situaciones similares. Lo que importa también es que, cuando se tolera la frustración, y los “pequeños” golpes al narcisismo van dejando huella, uno puede entonces comenzar a hacer las cosas mejor o, en palabras de Freud:

“He de recomendar calurosamente a mis colegas que procuren

tomar como modelo durante el tratamiento psicoanalítico la conducta del cirujano, que impone silencio a todos sus afectos e incluso a su compasión humana y concentra todas sus energías psíquicas en su único fin: practicar la operación conforme a todas las reglas del arte.”

Y bueno, creo que no necesito explicar mucho para qué necesitamos paquetes de tolerancia a la frustración para nuestros analistas y nuestros supervisores, ¿verdad?

Una planta de creatividad, de las que dan flores todo el año

Winnicott escribe que un analista vivo es aquel que sabe jugar, jugar a la situación analítica, jugar en la vida y agrega, además, que sólo a través del juego es que se desarrolla la creatividad, y que jugar y ser creativos es estar vivos, e incluso agrega que es sólo a través de la creatividad que se puede llegar a sentirse verdaderamente vivo.

La creatividad, nos dicen los maestros, ayuda a decirle las cosas de diferente manera a los pacientes, nos permite también encontrar eso nuevo en el discurso y, claro, también nos da la oportunidad de vivir y disfrutar la vida, de vivir y disfrutar el camino que hemos de recorrer. Creo que la creatividad sirve incluso para poder burlarnos un poco de nosotros mismos y no tomarnos las cosas tan en serio.

***Muchos libros de teoría, explicados en seminarios por otros que van adelante en el camino, y que también son soñadores como tú**

¡Hay tanto por leer y por estudiar! Cada libro nos aporta algo nuevo, nos transforma, nos da luz acerca de nuestros pacientes y también acerca de nosotros mismos.

He descubierto que, conforme se va profundizando en el análisis, se va profun-

dizando y entendiendo mejor la teoría, claro que también en el trabajo con nuestros pacientes. Freud aconseja estudiar toda la teoría que se pueda, para olvidarla cuando estamos frente al paciente.

Me atrevo a decir que estos libros, junto con otros ingredientes, nutrirán la planta de la creatividad.

*** Análisis, seminarios y supervisiones de buena calidad, ¿Cantidad? Todos los que se pueda, para que ayuden a que se asienten los ingredientes y se logre seguir manteniendo fresco el sueño**

Escribe Freud en “Consejos al Médico” que, para ser analistas “no basta que sea un individuo aproximadamente normal, debiendo más bien exigírsele que se haya sometido a una purificación psicoanalítica y haya adquirido conocimiento de aquellos complejos propios que pudieran perturbar su aprehensión del material suministrado por los analizados. Es indiscutible que la resistencia de estos defectos no vencidos por un análisis previo descalifican para ejercer el psicoanálisis, pues, según la acertada expresión de W. Stekel, a cada una de las represiones no vencidas en el médico corresponde un punto ciego en su percepción analítica.”

Y continúa: “Hace ya años respondí a la interrogación de cómo podía llegarse a ser analista en los siguientes términos: por el análisis de los propios sueños. Esta preparación resulta desde luego suficiente para muchas personas, mas no para todas las que quisieran aprender a analizar. Hay también muchas a las cuales se hace imposible analizar sus sueños sin ayuda ajena. Uno de los muchos merecimientos contraídos por la escuela analítica de Zurich consiste en haber establecido que para poder practicar el psicoanálisis era condición indispensable haberse hecho analizar previamente por una persona perita ya en nuestra técnica. Todo aquel que piense seriamente en ejercer el análisis debe elegir este camino, que le promete más de una ventaja, recompensándole con largueza del sacrificio que supone tener que revelar sus intimidades a un extraño.

Obrando así, no sólo se conseguirá antes y con menor esfuerzo el conocimiento deseado de los elementos ocultos de la propia personalidad, sino que se obtendrán directamente y por propia experiencia aquellas pruebas que no puede aportar el estudio de los libros ni la asistencia a cursos y conferencias. Por último, la duradera relación espiritual que suele establecerse entre el analizado y su iniciador entraña también un valor nada despreciable.

Estos análisis de individuos prácticamente sanos permanecen, como es natural, inacabados. Aquellos que sepan estimar el gran valor del conocimiento y el dominio de sí mismos en ellos obtenidos, continuarán luego, en un autoanálisis, la investigación de su propia personalidad y verán con satisfacción cómo siempre les es dado hallar, tanto en sí mismos como en los demás, algo nuevo.”

Creo que quienes llevamos años en esto, nos damos cuenta de que el análisis, así como las supervisiones, o análisis de control, son fundamentales en el devenir como analistas. Y claro, cada paciente tocará diferentes puntos ciegos de nosotros, lo que aportará, si supervisamos y nos analizamos, un conocimiento nuevo, no sólo del paciente, sino de nosotros mismos. Y bueno, finalmente podemos decir junto con Winnicott que ha sido gracias a nuestros pacientes que logramos un conocimiento nuevo de nosotros mismos.

***Kleenex, los necesarios**

Entrarle al análisis es buscar la verdad, la verdad no sólo de los sucesos de la vida, sino de nosotros mismos y, la verdad alivia, pero duele. Duele porque duele la caída del niño maravilloso que todos llevamos dentro; duele darse cuenta de que lo perdido en muchas ocasiones ha sido por malas decisiones que hemos tomado, duelen las renunciadas, duele la castración, la incompletud; duele vernos más maltrechos de lo que quisiéramos. Para eso son los kleenex: para limpiarse los mocos, sobarse el orgullo, alzar la cabeza y mirar para adelante. Claro que, de vez en cuando, los

kleenex también sirven de objeto transicional cuando se terminan las sesiones y viene la separación. Pero recordemos que muchas separaciones vienen con una deseo cargado de esperanza: el deseo de una próxima sesión, un próximo encuentro con un amigo, con una pareja, y la esperanza y el deseo de que se vuelvan realidad, y con esos nuevos encuentros, un nuevo conocimiento de nosotros mismos.

*** Una botella gigante, tipo “pata de elefante” de licor marca “Renuncia”, con la que se tienen que macerar diariamente todos los ingredientes**

Este ingrediente, de cierta manera, está incluido en todos los anteriores, pero quise especificarlo porque la vida está llena de renunciaciones: renunciemos a dormirnos temprano para quedarnos estudiando, o dormirnos hasta tarde para ir a las supervisiones, o a clases; renunciemos a querer completarnos con los demás, o a querer ser el ombligo del mundo; renunciemos a ser los buenitos. Renunciemos a nuestros antiguos modos de satisfacción, a los objetos primarios, por esos nuevos objetos mucho más satisfactorios.

Claro que la vida está llena de renunciaciones porque, entre otras cosas, se renuncia a los placeres inmediatos, a muchas cosas, y todo porque tenemos un sueño en turno y porque ese sueño es casi siempre más importante que todos los pequeños placeres a los que renunciemos para ir detrás de ese sueño.

*** Un recipiente muy grande hecho de ética y que tenga capacidad para el silencio y la escucha, para poner ahí a macerar todo**

En “Observaciones sobre el amor de transferencia”, Freud escribe que el psicoanalista está comprometido con la verdad, y que su ética le impulsará a decirla.

La ética tiene que ver con el compromiso grandísimo que tenemos con nuestros pacientes: no solo de decirles la verdad, sino de trabajar lo mejor posible para la mejoría

de ellos. Nos decía la Maestra Olga Varela en un seminario de supervisión que era muy importante que nos diéramos cuenta de que el paciente depositaba su vida en las manos de su analista. ¡Su vida! ¿Qué mayor compromiso que eso? Esto por supuesto ha de llevarnos a acallar nuestros afectos, y a escuchar, a resonar, a ser pantalla de ese otro que ha venido a buscar un alivio para su sufrimiento.

Hay un dicho que dice: “No hagas a otros lo que no quieras que te hagan”. Creo que este dicho habla por sí mismo en cuanto a la relación paciente analista.

La ética tiene también que ver con que hay una ley que nos precede, que no es nuestra ley, que es la ley de social, pero también la ley del psicoanálisis.

Por eso necesitamos un recipiente grande, porque todos los ingredientes, sin ética, sin escucha, no podrán hacer surgir a un analista.

Conclusión

Esta receta me hace pensar que todos estos ingredientes no necesariamente harán un analista, pero esperemos que quienes estamos hoy aquí, podamos seguir en el camino.

También reflexiono acerca del narcisismo de muerte, de ese que no construye y, viéndolo como un ingrediente, pensé en que hay que molerlo fino y guardarlo en un recipiente hermético, enterrándolo en lo más profundo, para evitar que caiga en nuestra receta y la contamine.

Otra cuestión que me parece importante es cómo, gracias al análisis y a esos otros análisis que son las supervisiones, uno va pudiendo tener un yo más consistente para sostener la vida, y entonces el consultorio, las relaciones, los amigos, los pasatiempos, etc.

Otra conclusión a la que llego es que creo que el tal Johnny Walker era un iluso, o tenía sueños de mira corta, y es que, luego de algunos aciertos y un sinnúmero de tropiezos, ahora me doy cuenta de que lo que hay que catectizar es el camino, me refiero a disfrutarlo, a hacerlo divertido, sin perder

de vista la meta, a esa hay que cargarla como una aspiración, a la que sólo se va llegando sin llegar nunca del todo.

Bueno, estas son algunas ideas que podríamos discutir, quizás habría muchas cosas qué agregarle a este trabajo, sólo quiero cerrar con una pequeña anécdota.

Hace unos meses, en una reunión, me decía un psiquiatra que a él no le gustaba el psicoanálisis porque era ver para el pasado, ver para atrás, dijo él, y que si uno veía para atrás, se quedaba como en Sodoma y Gomorra, convertido en estatua de sal. La verdad a mí me sorprendió un poco su comentario y fue luego, reflexionando con otra analista, quien muy sabiamente dijo algo así como: “Pero uno es estatua de sal hasta que entra a análisis y puede dejar el pasado en el pasado. El análisis nos ayuda a dejar de ser estatuas de sal”, que su respuesta me hizo hacer un recuento de mi análisis y darme cuenta de que, en efecto, gracias a él hoy tengo un pasado, una historia que quedó atrás, un presente en donde vivo e intento poner las raíces e ir construyendo y preparando esta receta y muchas otras que ayudan a que los sueños a futuro quizás puedan volverse realidad, por eso sigo tenazmente buscando esta profesión imposible, a la que no se llega, pero, ¡ah!, de verdad se divierte uno mucho en el camino.

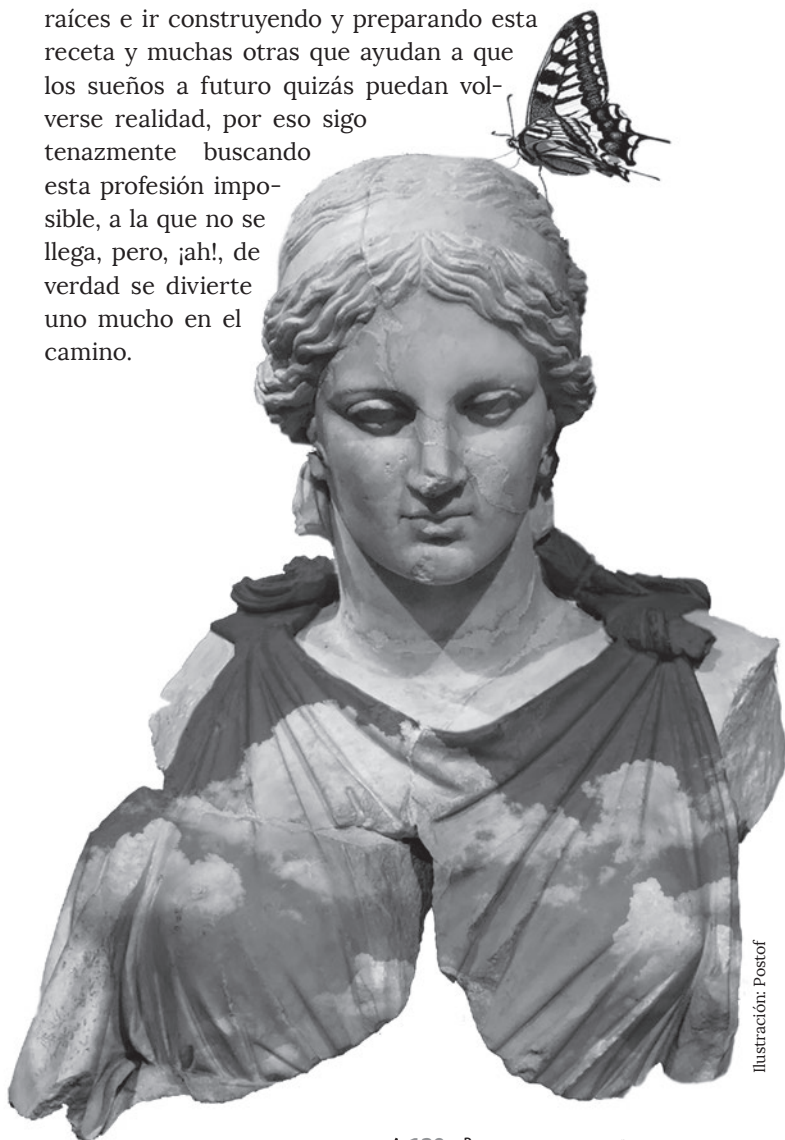


Ilustración: Postof