

1

Ser el autor de la historia de tu vida (inventarte tu pasado) o bien ser únicamente su narrador. Ofrecer una historia bien tramada o bien contar la historia verdadera.

El psicoanalista como oyente de esa historia que presta un grado ideal de atención. Que oye y analiza las resistencias del relato. La meta de la terapia: liberar la voz del paciente y su imaginación narrativa.

J. M. C.: ¿Qué cualidades ha de tener una buena historia (verosímil y hasta apasionante)? Cuando le cuento a otra gente la historia de mi vida —y, lo que es más importante, cuando me cuento a mí mismo la historia de mi vida—, ¿acaso debería intentar convertirla en un artefacto bien construido, pasar a toda prisa por los momentos en que no sucedió nada e intensificar el dramatismo de los momentos en que pasaron muchas cosas, dar forma a la historia, crear expectación e intriga? O, al contrario, ¿debería ser neutral y objetivo y esforzarme por contar un tipo de verdad que cumpliera con los criterios de un tribunal: la verdad, toda la verdad y nada más que la verdad?

¿Qué relación tengo con la historia de mi vida? ¿Soy su autor consciente o bien debo considerarme a mí mismo una simple voz que va emitiendo con la menor interferencia posible un torrente de palabras que brota de mi interior? Por encima de todo, dada la cantidad ingente de material que tengo en mi memoria, el material de una vida entera, ¿qué de-

bería dejar fuera, teniendo en cuenta la advertencia que hizo Freud de que lo que omito sin pensar (es decir, sin pensar de forma consciente) puede ser la clave de las verdades más profundas sobre mí? Y, sin embargo, por una pura cuestión de lógica, ¿cómo puedo yo saber qué es lo que estoy dejando fuera de forma inconsciente?

A. K.: Supongo que la tarea del psicoanálisis es intentar contar la verdad más profunda; o, para decirlo de forma más humilde y precisa, analizar las resistencias a contar esa verdad, a fin de que la historia de un individuo pueda salir a la luz de la forma más plena, coherente y sincera posible en un momento dado; y digo en un momento dado porque se trata de un proceso continuo y de una historia que no para de cambiar. La historia verídica de uno mismo que alguien puede contar siendo niño será distinta de la crónica que ese alguien puede hacer de las mismas experiencias siendo adolescente, o adulto, etcétera.

Freud propuso el método de la asociación libre como vía óptima para acceder a la experiencia inconsciente en la consulta, pero, al menos en mi experiencia, la verdad es que ese método no funciona tal como la gente se espera. Se invita al paciente a que hable con toda la libertad que pueda, sin atender a las normas y cortesías sociales habituales, pero lo que el paciente no tarda en descubrir es hasta qué punto esa libre expresión está limitada, incluso en la intimidad de sus propias mentes. Esto tiene el efecto de mostrarnos cómo funcionan las defensas del individuo y ayudarnos a analizar la resistencia,* una tarea básica en la mayoría de las terapias.

Una forma de plantearse el psicoanálisis es decir que busca liberar la narrativa o la imaginación autobiográficas. Siguiendo esta línea de razonamiento, puede que un escritor como tú tenga ideas que plantear sobre la forma que adopta esa narración en la consulta.

J. M. C.: Muy bien. Déjame, pues, que te plantee una pregunta que lleva tiempo incordiándome. ¿Qué es lo que te hace

querer a ti, como terapeuta, que el paciente afronte la verdad sobre sí mismo, y no que colabore o conspire contigo para crear una historia –llamémosla ficción, aunque ficción fortaledora– que ayude al paciente a sentirse bien consigo mismo, lo bastante bien como para salir al mundo y ser capaz de volver a amar y trabajar?

Una forma más radical de plantear la misma pregunta es: ¿acaso no son ficciones todas las autobiografías, las historias de una vida, por lo menos en el sentido de que son constructos (ficción viene del latín *fingere*, que quiere decir «moldear» o «dar forma»)? Lo que estoy afirmando con esto no es que la autobiografía sea un género libre, en el sentido de que podamos inventarnos la historia de nuestra vida como mejor nos plazca. No, lo que estoy diciendo es que cuando nos inventamos nuestra autobiografía estamos ejerciendo la misma libertad que tenemos en los sueños, donde imponemos sobre los elementos de una realidad recordada una forma narrativa que es nuestra, por mucho que esté influida por fuerzas que apenas entendemos.

Los dos sabemos que existen variedades de la terapia de autoayuda cuya meta es que el sujeto se sienta mejor consigo mismo, y que suelen no hacer caso alguno del concepto de verdad si esa verdad no resulta soportable. Se trata de una serie de terapias a las que no les tenemos mucho respeto. Decimos que no ofrecen más que una cura aparente, y que tarde o temprano el sujeto volverá a colisionar con la realidad. Pero ¿qué pasaría si creáramos una especie de consenso social para no complicarnos la vida y decidiéramos juntarnos todos para reafirmar las fantasías mutuas, tal como se hace en algunos grupos terapéuticos? En ese caso no habría realidad contra la cual colisionar.

En nuestra cultura liberal y posreligiosa, solemos considerar que la imaginación narrativa es una fuerza benigna que tenemos dentro. Pero hay otra forma de verla, basada en la experiencia de cómo funcionan las narrativas del yo en las vidas de muchas personas: en cuanto que facultad que usamos

para elaborar de cara a nosotros mismos y nuestro círculo social la historia que más nos convenga, una historia que justifique nuestro comportamiento tanto en el pasado como en el presente, una historia en la que por lo general nosotros tenemos razón y los demás se equivocan. Y cuando esta narrativa del yo colisiona estrepitosamente con la realidad, con la naturaleza real de las cosas, nosotros en cuanto que observadores nos mostramos de acuerdo en que el sujeto se engaña a sí mismo, en que esa «verdad para el yo» que ha producido la imaginación del sujeto entra en conflicto con la verdad real. Así pues, ¿acaso no es uno de los cometidos del terapeuta hacer entender al paciente que no es libre de inventarse la historia de su vida, que inventarnos historias sobre nosotros mismos puede tener consecuencias graves en el mundo real?

A. K.: Pero una historia de la propia vida tan interesada como la que estás describiendo resultaría completamente quebradiza, frágil, propensa a deshacerse ella sola. La actividad del psicoanálisis se podría describir como la combinación de una escucha atenta y unos comentarios selectivos, centrados en aquellos aspectos de la historia personal del paciente que parecen menos sólidos, o bien que sugieren la posibilidad de que salga a la luz una historia soterrada y más convincente. A eso me refería al decir que creo que la meta del psicoanálisis es liberar la imaginación narrativa.

Quiero preguntarte, como escritor que eres, si te resulta familiar esta idea, la idea de abrirse paso por entre los relatos que enmascaran para encontrar uno que sea más verdadero. Y me refiero a más verdadero en el sentido de verdad poética o emocional, cuando algo es al mismo tiempo verdadero para sí mismo, internamente coherente, y además se corresponde con las cosas de fuera, aunque no necesariamente de forma transparente y directa. Y lo que los escritores saben, y creo que los psicoterapeutas pueden aprender de ellos, es que la mejor forma de intentar acceder a algo que sea al mismo tiempo verdadero y nuevo, o por lo menos nuevo en la con-

ciencia, a menudo consiste en usar la creatividad; o por lo menos en desviarse de lo que está establecido y aceptado como «verdadero» de forma no crítica en nuestra realidad colectiva y compartida.

Realmente creo que los mejores psicoterapeutas, igual que los oyentes mejores y más compasivos, prestan más atención a la coherencia interna de una historia —a los deseos y frustraciones no manifiestos que van saliendo gradualmente a la luz en forma de incoherencias y alteraciones de la forma y el contenido del relato— e imponen menos ideas externas sobre cómo de real es una situación y menos nociones preconcebidas de cómo hay que vivir la vida.