

Las cuatro paradojas del descubrimiento

*Sergio Stern Nicolayevsky**

EL PROPÓSITO de este trabajo no es dar respuestas sino abrir preguntas, que rondaran conmigo por mucho tiempo y que por eso es conveniente que las vaya formulando desde ahora. Estas preguntas conciernen a la naturaleza del descubrimiento, es decir, a la capacidad que tenemos de poder descubrir algo acerca de nosotros mismos, ya sea en la vida en general o en el contexto de una psicoterapia psicoanalítica o de un psicoanálisis. Parecen preguntas sencillas pero no lo son: ¿Cómo es que le hacemos para descubrir algo acerca de nosotros mismos? ¿Cómo es que logramos, aunque sea en contadas ocasiones, descubrir algo trascendental, capaz de promover una transformación en nuestra manera de ser? ¿Cómo es que podemos hablar de estas experiencias, tanto en nuestros pacientes como en nosotros? Me da la impresión que a final de cuentas todos trabajamos con el descubrimiento. Esta inquietud fundamental, de saber de qué se trata esta experiencia, es lo que le da sentido a nuestra vida, tanto individual como profesionalmente.

De alguna manera, estas preguntas tienen que ver con la naturaleza del cambio psíquico, aquella relación entre conocimiento y cambio, cuyas vicisitudes han provocado estragos desde la revolucionaria asociación entre Breuer y Freud, cuando parecía que el descubrimiento de “algo” podía producir un alivio sintomático. A partir de entonces este cuestionamiento se ha convertido en uno de los motores del quehacer psicoanalítico: ¿Qué es lo que se descubre? ¿Un recuerdo traumático, un conjunto de fantasías y deseos, una mala relación temprana, una carencia, la

* Psicoterapeuta. Maestría en Psicoterapia Psicoanalítica, Asociación Psicoanalítica Mexicana, y Maestría (MSc) en Terapia de Familia, Instituto de Psiquiatría, Universidad de Londres, Inglaterra.

propia maldad interna? Y si algo como esto se llegara a descubrir, ¿cómo produciría un cambio en nuestra manera de ser, en nuestro sentimiento de sí? ¿Qué es lo que cambia? ¿La relación entre representaciones y afectos, entre ello, yo y superyó, el sistema defensivo, el repertorio monótono de relaciones objetales, la cohesión del Self? Independientemente de las opciones que se escogan, parece que la pregunta fundamental ha sido: ¿Cómo poder ligar “conocimiento de algo” con “cambio en algo”, y al mismo tiempo, qué es ese “algo”? En realidad una pregunta tenebrosa para cualquiera.

A través de los años se han dado multitud de respuestas que en ocasiones no hacen más que invitarlo a uno a convivir en una Torre de Babel. No queda más remedio que armarse de tolerancia, aprender a residir con las preguntas, aprender a respetarlas. Por eso el nombre de “paradojas del descubrimiento” para el título de este trabajo, porque paradoja supone una relación profunda con preguntas difíciles y respuestas que son verdaderas en varios sentidos. Paradoja implica un “abrir preguntas”, el quedarse en ellas. Aprender a respetar preguntas sería entonces aprender a respetar paradojas.

Lo cual nos remite a Winnicott. En su discusión acerca de los objetos y fenómenos transicionales (1958), nos exhorta a respetar la paradoja que los constituye. Por definición, lo transicional es una paradoja, ya que, por ejemplo, es y no es la presencia materna, pertenece simultáneamente a un mundo objetivo y subjetivo, tanto interno como externo, está fuera del control omnipotente del niño pero no corresponde totalmente al mundo real de los objetos. Lo interesante de esta relación es que se podría pensar al revés: no nada más es el objeto transicional una paradoja, sino que la paradoja es también un objeto transicional. En ella encontramos una cosa, otra cosa y ambas cosas a la vez. Y como lo transicional es el espacio del juego y la creatividad, el poder quedarse en ella implicaría la tan preciada ganancia psíquica de poder jugar y crear, de poder descubrir.

El descubrimiento implica paradojas porque surge desde la misma paradoja: se da en un espacio que desde el comienzo abarca varias realidades al mismo tiempo. Lo paradójico, lo transicional, *es* el lugar del descubrimiento. Por eso Winnicott insiste en que respetemos la paradoja, ya que si no lo hacemos nos quedaríamos sin juego y sin creatividad.

A continuación, quisiera presentar cuatro paradojas que me parece conciernen a la experiencia de descubrir algo acerca de uno mismo, paradojas con las que hay que aprender a vivir tanto si somos pacientes como analistas o terapeutas.

Lo nuevo y lo viejo

Podríamos aventurar la siguiente hipótesis: descubrir algo en nosotros mismos no es como descubrir un planeta nuevo en el cosmos, algo totalmente desconocido hasta ese momento; tampoco es como inventar algo, gestar un resultado que hasta entonces no existía a través de puras combinatorias mentales. *Descubrir realmente es un recordar*. Lo que se descubre, aquello cuyo conocimiento haría posible un cambio, de alguna manera ya se encuentra ahí, ya se sabe, sólo que no se ha visto o reconocido, o querido reconocer, por la presencia de factores dinámicos como la resistencia y la represión que impiden se lleve a cabo este trabajo. Como diría Baranger y colaboradores (1988), descubrir es reconstruir algo que ya estaba ahí, darle un significado nuevo, un nuevo nombre, incurrir en un trabajo de simbolización.

Si el descubrimiento es un reconocimiento, esto trae consigo muchas implicaciones. Habría que poner especial atención sobre el prefijo “re”: *re*conocer, *re*construir, *re*simbolizar. En sus “Tres Ensayos de Teoría Sexual” (1905), Freud afirma que “el hallazgo (encuentro) de objeto es propiamente un reencuentro,” y después plantea que “en los psiconeuróticos, una gran parte de la actividad psicosexual para el hallazgo de objeto, o toda ella, permanece en el inconsciente.” Esto parece indicar dos cosas: una, que lo que aparece como nuevo es realmente un reencuentro o redescubrimiento de algo anterior, y otra, que eso que se reencuentra o redescubre había permanecido hasta entonces sumergido en el inconsciente. Freud parece implicar que todo lo que acontece en el suceder psíquico tiene un elemento de repetición, de “re”, de ya haber estado ahí. También parece implicar que todo descubrimiento incluye un cambio de conciencia, y que lo que el neurótico no puede hacer es precisamente descubrir, conservándolo todo en su inconsciente.

“Recordar, repetir, reelaborar”. Siguiendo esta trilogía, podríamos pensar que lo que no se descubre se repite, y que lo que se descubre se recuerda. Naturalmente, faltaría elaborar sobre aquello que se descubre, pero lo importante es reconocer que Freud nos indica que en el descubrimiento, en el recordar, lo que ocurre es que se produce una nueva Gestalt en el presente, a partir de hacer consciente un elemento que ya estaba ahí pero que había permanecido fuera de nuestro alcance. El recordar no es un acto pasivo, como sería el desenterrar reliquias. Al contrario, es precisamente nuestro presente movilizándose, dándose cuenta de que lo que se desentierra es a uno, a uno mismo como es ahora. En el recordar, nuestro presente se descubre, se devela y se sale de aquel sometimiento en el que había caído por su relación con el pasado. El acto de descubrimiento es por tanto un acto simultáneo de rebelión y de revelación, de rebelarse del pasado y de revelar el pasado.

Pero nos encontramos ante una paradoja, la primera paradoja de la experiencia de descubrimiento. ¿Si todo descubrimiento es en verdad un reconocimiento, qué es lo que le da esa sensación de novedad radical a aquello que descubrimos, aquel elemento de sorpresa, de algo jamás vivido o experimentado, y que a final de cuentas es lo que trae consigo la experiencia de cambio? La respuesta a esta interrogante se ha dado en términos de represión. Si algo ha estado escondido durante mucho tiempo, es de esperarse que cuando salga aparezca como algo completamente nuevo. Pero las cosas van todavía más lejos. Siguiendo a Fairbairn (1962), lo que se reprime es una vivencia, una cierta calidad de relación, una experiencia que en realidad está siendo actuada, como parte de una perpetua escenificación. Por lo tanto, lo que le da al descubrimiento el elemento de sorpresa, el verdadero carácter de una revolución interna, es la revelación repentina de que todo esto, las vivencias y su repetición, tienen algún significado. Lo nuevo es la súbita comprensión de que las cosas se pueden entender de diferente manera, de que existe otra historia posible. En verdad no nos damos cuenta de lo profundo que puede ser el momento de darle un nuevo nombre a las cosas; pero las palabras crean mundos, y el ver lo mismo con otro nombre acarrea una experiencia novedosa, como si fuera la primera vez que nos topamos con ello.

Lo interno y lo externo

Además de esta mezcla de reconocimiento y asombro, parecería que la experiencia de descubrimiento, aquellos momentos en los que surgen y se apropian visiones o comprensiones novedosas, conlleva lo que podíamos llamar una “revolución copérmica”. Cuando Copérnico estableció que la Tierra giraba alrededor del Sol, provocó una verdadera revolución en la concepción que se tenía del mundo, pero una revolución muy extraña. Es evidente que nada cambió como resultado de esta revolución, la Tierra siempre ha girado alrededor del Sol; sin embargo, todo cambió. El efecto fue abrumador. Como sabemos, es la aceptación de la revolución copérmica lo que distingue al hombre moderno de sus predecesores medievales (Pirsig, 1975). En esta revolución, el mundo objetivo que producía nuestras sensaciones no cambió, pero el concepto *a priori* que teníamos de él fue transformado radicalmente. Algo similar ocurre en un descubrimiento psicoterapéutico: lo que cambia en primera instancia es nuestra visión del mundo, nuestra manera de vivirlo, sentirlo y sobre todo interpretarlo. Se transforman los *a priori* con los que nos movemos por el mundo porque en este contexto trabajamos deliberadamente con la revisión y cuestionamiento de estos *a priori*, acarreando consecuencias también abrumadoras.

Lo curioso es que con esta modificación el mundo también cambia. Aquí encontramos la segunda paradoja del descubrimiento: que al cambiar nuestro punto de vista es como si el mundo también se transformara. La Tierra ya era redonda antes de Galileo. Sus planteamientos provocaron un cambio en nuestra conciencia, el cambio fue en nosotros. Sin embargo, el mundo también cambió. La Tierra se hizo redonda, en todo el sentido de la palabra, ya que empezamos a vivir a partir de la realidad de este concepto. Es como si el mundo y la persona, lo interno y lo externo, se reflejaran recíprocamente. El cambio se da en lo interno, en lo externo, en un lugar intermedio que los incluye a ambos, que los “toca” como si fuera un espejo. Ocurre en un llamado “espacio transicional”, un lugar que se extiende en dos direcciones: no es objetivo pero tampoco nada más subjetivo, abarca en un sólo acto al mundo y a la conciencia del mundo. Si el descubrimiento proviene de un espacio como éste, es de esperarse que encontremos en él tanto lo interno como lo

externo. Pasa adentro, pero también afuera: ocurre en el lugar del espejo. Lo cual nos lleva a una tercera paradoja.

Lo existente y lo inexistente

Si el descubrimiento involucra tanto lo interno como lo externo, podríamos decir que se da en torno a una relación tanto real como fantaseada: remite simultáneamente a un mundo real y al mundo de los fantasmas, donde este mundo constantemente se está inventando. Es un recorrido doble que se pone de manifiesto en relación con el analista o terapeuta. En tanto objeto, este personaje es y no es real, como el objeto transicional, que es y no es la madre. Por un lado, proviene de la inexistencia, de la fantasía interminable del sujeto, generada por la ausencia originaria del yo, que después aparecerá para hacer sentido, pero como llega tarde, este sentido nunca será completo: siempre quedará un vacío, un área ininteligible, una fantasía que aspirará a encontrarle forma, aunque sea a través de síntomas: quedará el deseo, la irremediable sensación de que el yo es ajeno a sí mismo. En este sentido, el objeto es una alucinación, como lo describiera Freud (1900). Pero por otro lado, el objeto también proviene de la existencia, de un ser táctil que alguna vez frustró y gratificó, ayudando a convertir a un yo rudimentario en un ser falso y en un ser verdadero, abandonando, invadiendo o prometiendo cosas falsas, exigiendo una decisión entre sometiendo y aniquilación a un ser que todavía no estaba en condiciones de decidir, sólo de aferrarse ciegamente a la vida. Este objeto ya pasará a ser fantasía, a ser alucinación, incluso lo evocaremos con gusto en momentos de macabra soledad, pero en un principio no dependió de nosotros, no lo escogimos.

Este es el dilema en el que nos encontramos sumergidos. El objeto es y no es real, parte de la existencia y de la inexistencia. En el contexto terapéutico, el descubrimiento corresponderá tanto al campo de la psicología bipersonal como unipersonal, para tomar prestados algunos términos de Balint (1979); involucrará tanto las características reales del analista como el mundo de los fantasmas, tanto la fantasía de un otro como la relación con un otro real. Aunque se produce *vis á vis* los objetos internos, se necesita de un cierto tipo de relación, creada al menos por dos.

Como la capacidad para estar a solas, en presencia de la madre (Winnicott, 1965), el descubrimiento es con uno mismo y es con un otro. Qué hacer con esto pienso que es el problema central de la técnica psicoanalítica.

Quizá Freud y Ferenczi, en esa disputa tan dolorosa, no estaban envueltos en un antagonismo sino en una paradoja, la paradoja de la simultánea existencia e inexistencia del mundo que nos rodea, en tanto objeto, de la simultánea existencia e inexistencia de nosotros mismos, en tanto somos yo. Si esto es así, tendríamos que acostumbrarnos a vivir con la paradoja en vez de seguir con nuestra búsqueda frenética de una única solución.

Un hacer y un no hacer

Es parte del conocimiento común que una experiencia de descubrimiento no se puede lograr a través de un acto de voluntad. Uno no puede hacer que ocurra simplemente queriéndola, como si uno estuviera eligiendo un platillo en algún restaurante. Aquí entramos a la cuarta paradoja de la experiencia de descubrimiento, la más problemática de todas: su consecución depende y no depende de nosotros, es decir, depende simultáneamente de un “hacer” y de un “no hacer”.

Esta situación paradójica no es tan difícil de comprender ya que ocurre también con otro tipo de experiencias. Imaginemos el dormir. Uno no puede forzar o provocar el quedarse dormido a través de un acto de voluntad. Es más, entre más se trate de hacerlo, menos se conseguirá el sueño. Esta es la experiencia del insomnio. Lo único que podemos hacer es crear una atmósfera propicia para poder lograrlo. Se crea la situación del dormir: apagamos las luces, nos tapamos con las sábanas, entramos en calor, tratamos de no pensar en nada específico, etcétera. Pero si viene el sueño o no ya no depende de nosotros. Podríamos decir que el quedarse dormido incluye tanto una situación de “hacer”, crear la atmósfera necesaria, como una de “no hacer”, dejar que el sueño venga.

Lo mismo sucede con el descubrimiento: podemos querer aprender algo de nosotros mismos, pero no podemos forzar en sí un momento de descubrimiento. Podemos querer y necesitar cambiar, pero no podemos forzar el cambio. Normalmente, un paciente llega a psicoterapia o psi-

coanálisis queriendo aprender algo acerca de sí mismo, queriendo cambiar, pero es obvio que el paciente no puede forzar una experiencia así, ya que si lo pudiera hacer no estaría sufriendo y no necesitaría de nuestra ayuda. A esto se le unen factores dinámicos como la resistencia, la ganancia secundaria de la enfermedad y la culpa, fenómenos que de una u otra manera impiden se realice o se aproveche un descubrimiento. Por el lado del analista o terapeuta, esta situación de “hacer” y de “no hacer” concierne directamente a la técnica. Ya en los “Estudios sobre la histeria” (1893-95), Freud menciona que no se puede llegar al material patógeno de manera directa: estamos forzados a dar una serie de rodeos, a trabajar en círculos concéntricos. No se puede forzar a que el paciente tenga una experiencia de descubrimiento. Pero lo que si se puede hacer es crear una atmósfera propicia para que se den estas experiencias. Es lo que vendría a ser el “encuadre terapéutico”. La neutralidad, la constancia, la pasividad benévola, la escucha, todos son elementos que a fin de cuentas favorecen que se de una experiencia de descubrimiento. Por otro lado, la contratransferencia como obstáculo o “contraresistencia” sería todo aquello que el analista o terapeuta hace, por algún conflicto no resuelto, que impide que el paciente tenga un descubrimiento, que el proceso se desarrolle a su propio ritmo.

Desde los escritos técnicos de Freud (1911:15), podemos observar cómo la técnica se relaciona siempre con el encuadre, con el “marco”. Es muy poco lo que se ha podido decir en relación con el “cuadro” mismo. Cuando así sucede, el riesgo es caer en formalismos y en recetas de cocina que hacen muy poca justicia a la naturaleza del descubrimiento: se fuerza lo que no se puede forzar, es decir, se impone. En este contexto, la asociación libre por parte del paciente y la atención flotante por parte del analista o terapeuta, no son otra cosa que la contrapartida lógica de la estructura del descubrimiento, como una experiencia que depende y que no depende de un acto de voluntad. De ahí la importancia de la “regla fundamental”.

Podríamos decir que la técnica psicoanalítica implica un cierto “hacer” y un “no hacer”, un cierto “saber” y un “no saber”, en consonancia con las características de la experiencia de descubrimiento. A lo mejor la técnica es el “arte del no hacer”, para que lo que si se tiene que hacer, es decir, promover un descubrimiento, pueda suceder. Cuando un paciente

puede lograr esto por sí mismo, cuando es capaz de “no hacer” y ha podido elaborar el porqué de su “hacer”, el porqué de su naturaleza tan tenaz y tan viscosa, entonces podemos concluir que su proceso terapéutico ha transitado por buenos caminos. Está aprendiendo a respetar las paradojas, volviendo a jugar en aquel espacio transicional, que aunque contradictorio, precisamente por eso permite la integración. Está aprendiendo a vivir con la mezcla y con la ambigüedad, en última instancia con la fuente de la creatividad y del descubrimiento: nuestra eterna dualidad.

Bibliografía

- Balint, M. (1979). *La falta básica: Aspectos terapéuticos de la regresión*. Buenos Aires: Paidós.
- Baranger, M., Baranger, W. y Mom, J.M. (1988). “El trauma psíquico infantil, de nosotros a Freud trauma puro, retroactividad y reconstrucción”. *International Journal of Psychoanalysis*, (69): 113-128.
- Breuer, J. y Freud, S. (1893-95). “Estudios sobre la histeria”. *Obras Completas*. Tomo II. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Fairbairn, W.R.D. (1962). *Estudio psicoanalítico de la personalidad*. Buenos Aires: Hormé.
- Ferenczi, S. (1966). “La elasticidad de la técnica psicoanalítica”. En *Problemas y métodos del psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós.
- Freud, S. (1900). “La interpretación de los sueños”. *Obras Completas*. Tomos IV y V. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- (1905). “Tres ensayos de teoría sexual”. *Obras Completas*. Tomo VII. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- (1911-15). “Trabajos sobre técnica psicoanalítica”. *Obras Completas*. Tomo XII. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Pirsig, R.M. (1974). *Zen and the art of motorcycle maintenance*. Londres: Corgi Books.
- Winnicott, D.W. (1958). “Transitional objects and transitional phenomena”. En *Collected papers: Through paediatrics to psychoanalysis*. Londres: Tavistock Publications.
- Winnicott, D.W. (1965). “The capacity to be alone”. En *The maturational processes and the facilitating environment*. Londres: Hogarth Press.