

## LA IMPOSIBILIDAD DE DECIRLO

Un paciente me dijo al inicio de una sesión:

: "...me da rabia porque no sé qué palabras emplear para explicar lo que siento...o si es que no hay palabras...Si pudiera decírtelo de otra forma..."

Estas frases muestran bien algo de lo que quisiera transmitir con este escrito: las dificultades en comunicarnos a través del lenguaje verbal. Paradójicamente, la herramienta seguramente más perfeccionada de la cultura humana, también la herramienta primordial en nuestro trabajo de psicoterapeutas, no hace más que obligarnos a topar con el límite. Gracias a este lenguaje prestado, podemos acceder un poco más a los demás y a nosotros mismos. Pero también podemos utilizar ese lenguaje justamente para mantener la distancia, para distraer, para aislarnos... A veces parecemos tener lenguaje para decir-"lo", y otras veces parece que el lenguaje nos tiene a nosotros.

Una vez se topa con ese límite, que es también el límite de la diferenciación, de la alteridad, del misterio...-y quizás por una especie de añoranza de cuando no era necesario expresarse- hay quien cae en un pesimismo empobrecedor, anestesiando el dolor, enclaustrado en un lenguaje tópico, siempre "de otros". O hay quien parece permanentemente enfadado por tener que poner palabras para pretender ser entendido. O hay quien persevera en ese "decirlo", con palabras o ayudándose de otras herramientas, aún sabiendo que no es del todo posible.

Esto se puede pensar desde la clínica, y más adelante lo haré. Pero antes he recogido algunos fragmentos de entrevistas a escritores y artistas, gente acostumbrada a topar con ese límite y a perseverar en el decirlo, escribirlo, pintarlo, modelarlo, musicarlo, danzarlo... Son cosas que dicen, verbalmente, sobre la dificultad de comunicar, de crear, y sobre el proceso a través del cual intentan conseguirlo. Sugiero que se escuchen estas opiniones no sólo por lo interesantes que son por sí mismas, sino intentando imaginarlas contextualizadas en el ámbito psicoterapéutico.

Me ha parecido encontrar en estas entrevistas una relación ambivalente con las palabras, casi de amor y odio. Parecería también que hay un reconocimiento de su imprecisión para expresar los sentimientos –que acaso lleve a ligar las palabras con otros lenguajes o incluso a prescindir de las mismas. Pero, al mismo tiempo, hay una necesidad, cada vez más justificada, de llamar a las cosas por su nombre.

Antes que nada, habría que preguntarse si los artistas tienen alguna capacidad diferente que les hace más aptos para la perseveración. Eduardo Chillida opina que "...la capacidad de percepción superior a la media es la única diferencia que tiene un artista con los demás, y después tener ganas de trabajar o de entender lo que no se entiende. Conocer lo que no se conoce". Me parece intuir una concepción activa respecto al proceso creativo, diferente a la del cantante Antonio Vega, quien opina: "...para crear es necesario tener tiempo, estar en situación y no apresurarse. El ritmo de la industria musical es en ocasiones frenético y si te dejas llevar por él, uno acaba expresando cosas que no siente. Mis canciones son el fruto de un estado de ánimo, éste marca mi ritmo (...) El trabajo en el arte es bueno porque te da agilidad, pero no por hacer que las ideas nazcan... A veces puedes estar todo el día con la guitarra y al final no habrá nada y en otras ocasiones, en segundos aparece la canción, el momento artístico...".

Respecto a la cualidad de la creatividad, Eduardo Chillida dice: "Mi obra es misteriosa, pero no sé por qué (...). En realidad no sé de dónde me llegan el misterio y las percepciones, debo tenerlas dentro". Y también: "Soy un hombre que trata de hacer lo que no sabe hacer. El arte está ligado a lo que no está hecho, a lo que todavía no creas. Es algo que está fuera de ti, que está más adelante y tú tienes que buscarlo".

También Chillida lanza una teoría interesante, que yo creo que podría aplicarse al área del lenguaje verbal, y es la teoría de que "el arte de hoy en día emerge de la falta de habilidad". Dice: "Yo creo que la habilidad manual, si no llega a dominarse, puede ser peligrosa. Hay que detener la mano, y

antes que el instrumento, que es la mano, el cerebro, para que lleguen los sentimientos”.

Ya más de lleno en el ámbito del lenguaje verbal, he encontrado la opinión de Juan José Millás: “...no se puede pensar sin palabras, por lo tanto cada vez que se pierde destreza en el lenguaje se pierde capacidad para pensar”. El está muy interesado en el tema del uso del lenguaje, especialmente su uso político, y piensa que “el dueño de la realidad es el dueño de la palabra”. Por eso aboga por una sociedad que pueda interpretar la realidad, no sólo leerla mecánicamente.

Para un ámbito más privado del lenguaje verbal me han interesado mucho algunas opiniones de José María Valverde, y creo que lo mejor que se puede decir al respecto lo expresa él mismo en el siguiente poema (ya mencionado en un artículo de Ángel Martínez y Clara Valverde para la Revista “Tres al Cuarto”):

“Entro en mí, me caigo en mis oscuros adentros,  
y al querer aferrar la verdad de mi yo,  
la raíz de mi nombre y mi rostro,  
sólo me quedan entre las manos palabras secas,  
no mías, sino de cualquiera;  
y al querer entenderme, acusándome y absolviéndome,  
me pongo delante una máscara de mí mismo  
hecha de palabras que casi me convencen,  
pero que no sé si son yo.”

La opinión de Meltzer al respecto queda clara en el artículo “Acerca de signos y símbolos”, donde dice que “nuestro idioma es muy rico en palabras para describir objetos y funciones, pero muy pobre para describir las emociones”. Pero en cambio he de decir que una de las aportaciones más ricas en sus supervisiones reside en la sutil diferenciación entre palabras, aparentemente próximas, que dan lugar a mundos de significados y valores muy lejanos (por ejemplo, entre opinar y juzgar, entre el secretismo y la

privacidad, entre negociar y ponerse de acuerdo, entre la excitación y la emoción, entre descubrir e inventar...).

En el artículo antes mencionado he creído entender que las palabras pueden ser utilizadas como signos o como símbolos. Los signos señalan las cosas, las nombran de manera convencional, y entonces no están indicados para hablar con sinceridad. Y aún cuando su contenido sea más simbólico, hay que discernir si son símbolos creados en la mente del que habla o recibidos de otras personas, con lo cual sólo restaría un leve trasfondo emocional, con escasa aportación propia.

Esta situación descrita, a mi parecer, llevaría a una situación cerrada en cuanto a la posibilidad de comunicarnos, pero el mismo Meltzer la abre al decir que "...la lengua otorga significados emocionales no sólo a través de las palabras, sino a través de la música". Es decir, que las palabras no son sólo palabras. La emocionalidad se transmite también mediante la secuencia, el tono, el volumen, las pausas, los silencios, la acción, el ritmo, las discordancias o congruencias, la implicación corporal o no...

De nuevo fue una paciente quien me sugirió algo respecto al asunto de la emoción en la clínica. Un día dijo: "es com el gra i la palla. A la familia del meu marit tot es palla, tots molt ben educats pero molt distants i ningú diu el que pensa... En canvi, a la meva familia tot es gra, amb unes passions, uns gelos, unes tragèdies... Estem tots ben boixos!".

Esto me llevó a pensar que "gra i palla" naturalmente crecen juntos. Que "la palla" sola hace referencia a mucho volumen y poco peso, y también a banalidad. Y que "els grans" hacen referencia a lo valioso, pero sin "palla" que los separe sugieren dureza y fricción.

Después, pensando en distintos pacientes, imaginé un espectro, con más o menos posibilidades de ida y vuelta.

En un extremo de ese espectro estaría justamente esta mujer a la que he hecho referencia, una paciente de unos cincuenta años que consultó porque se desvanecía por la calle. Lo primero que hizo esta mujer en su primera entrevista, a modo de presentación, fue mostrarme un libro de autoayuda llamado "El coraje de ser mujer" y lanzarlo contra la pared, muy cerquita mío. Efectivamente, nada de lo que dice parece banal. No es que asocie: es que no puede dejar de "hablar". No es que sea sincera: es que no puede dejar de decir todo lo que se le ocurre. Y, donde no llegan las palabras, "hace". Puede ponerse a bailar, representar una tabla de gimnasia, llorar de manera impresionante o romper billetes de cien euros. En ese lugar del espectro, la emotividad es tan masiva e intensa que difícilmente puede ser transformada en comunicación y pensamiento, al menos en el momento en que tiene lugar.

En el otro extremo de ese espectro estarían esos pacientes que están defendidos del sentir las emociones por capas y capas de convencionalismo. Trato convencional alejado de la intimidad, palabras convencionales, frases hechas tragadas sin asimilar pero adecuadamente utilizadas... Pienso en un hombre de unos treinta y pocos años que acude a la consulta, según sus propias palabras, "porque mi mujer dice que ha tenido una crisis, ha empezado a hablar de separación, y yo no me entero de nada". Después de un inicio de tratamiento aparentemente prometedor, a los dos años estábamos en una situación en la que se reproducía esto último: no parecía pasar absolutamente nada. Una persona construida para ser un "bon noi", un chico encantador que encanta, un aburrimiento camuflado de colaboración. Todo tan correcto... Al final de cada sesión podíamos despedirnos los dos tan cordialmente, hasta la semana siguiente. Sólo al acabar y preguntarme a mí mismo: "a ver, ¿qué ha pasado hoy?", me daba cuenta del encantamiento y podía contestar: "nada, no ha pasado nada".

Quizás en nuestra profesión hacemos más hincapié en la contención de las emociones que en la del aburrimiento, que también es necesaria. No pongo como ejemplo de contención este encantamiento que aleja e idiotiza, sino una actitud de esperanza en que de ahí surgirá algo si se le describe al paciente, sin culpabilizarle, la esterilidad de la situación.

Es importante reconocer en nosotros mismos el aburrimiento, detectar el encantamiento, que no siempre es evidente. Lo podemos advertir cuando también nosotros hablamos convencionalmente en la sesión, repitiendo frases de libros o de supervisiones que utilizamos por proximidad, mimetismo, comodidad o pereza, pero que nos alejan del paciente. A este respecto recuerdo un pasaje de "Seminarios Clínicos", de Bion, también mencionado por Josep Coromina en "Bion i la supervisió". Bion pregunta en un encuentro sobre el material de una sesión de una niña. Alguien sugiere: "Yo utilizaría el punto de vista kleiniano en la sesión con esta niña; su relación con su madre, los objetos primarios...". Bion contesta: "Creo que yo haría lo mismo si estuviera cansado y no tuviera idea de lo que está ocurriendo, y si esta niña no estuviera diciéndome nada. En caso de que sucediera lo peor, podría recaer en las teorías kleinianas, las teorías freudianas, las teorías abrahamianas, en cualquiera".

Volviendo al paciente del que estaba hablando, sólo al señalar por esta línea de la esterilidad pudieron ir surgiendo preguntas del calibre: ¿quién soy?, ¿cómo es que no me entero de nada?... Y referencias posteriores, a veces muy dolorosas, a la sensación de estar viviendo en un mundo de cartón-piedra, con decorados falsos, en los que evitó pensar las emociones, se empobreció, y no llegó a conectar realmente con nadie.

En lugares más centrales del espectro predomina la comunicabilidad. Las emociones no son ni tan masivamente evacuadas como en el primer ejemplo, ni tan camufladas por el convencionalismo como en el segundo. Tienen más posibilidades de ser contenidas y, por lo tanto, pensadas en la sesión. Pero en las psicoterapias, especialmente al comienzo de las mismas, nos pasamos mucho más tiempo en los extremos del espectro, intentando no sucumbir al encantamiento del tedio o procurando contener la emoción descarnada. Porque, ¡qué difícil es modular la emoción en la sesión! A veces no hay atisbos de emocionalidad, y de repente surge a borbotones, como una hemorragia inesperada. A veces hay un paso abrupto de una situación a otra, cuando el paciente atraviesa su convencionalismo y aparecen un hambre y un frío que no pueden mitigarse en sesión. Es posible que eso

lleve a un acting. O que llamemos acting a ese continuar la búsqueda de calor y alimento allá donde se pueda.

Es lo que ocurrió en una sesión con un hombre cercano a la treintena a quien trato desde hace muchos años. Era una sesión el día de nochebuena por la tarde, ya oscuro, previa a las vacaciones. Tras un inicio muy aburrido, centrado en lo sintomatológico descrito como en los libros, le hablé de soledad y abandono. Se fue produciendo un "crescendo" imparable, que yo noté que no se podría contener en la sesión. Su síntoma habitual, el picor en todo el cuerpo, al que siempre se refería de modo organicista, fue significado como ausencia de abrazos, besos, caricias. La dependencia del tratamiento, que siempre minimizaba, fue esta vez expresada con gran claridad y temor. El paciente, que nunca había tenido relaciones sexuales, fue con una prostituta a la salida de la sesión –"a ser tocado, a que me acariciase", diría más tarde-. Después quedó sumido en un estado de gran ansiedad y culpabilidad del que no me enteré hasta después de vacaciones.

En el momento actual de la evolución de nuestra herramienta psicoterapéutica, pondría a debate si, en el interjuego movilizar- contener, esta herramienta está ahora más dotada para lo primero que para lo segundo. En un encuentro que hicimos en el 2003 el GPB con unos compañeros italianos surgió el asunto, cada vez más frecuente, de que nuestros pacientes sigan, además de nuestro tratamiento, otros tipos de consulta: homeopatía, tarot, yoga, masajes... Cuestionamos sobre si estas situaciones siempre han de ser consideradas como resistencias. Mi opinión es que no debemos extrañarnos que existan esas otras alternativas, no sólo como resistencias, sino como lugares a donde ser atendidas de otro modo las necesidades provocadas por la relación psicoterapéutica...También Meltzer, en el artículo antes mencionado, dice que "...la dificultad de expresar a través de las palabras empuja a la gente a la acción; al igual que en el psicoanálisis, el paciente es empujado a la actuación debido a su incapacidad de encontrar las palabras para expresar sus sentimientos".

Entonces, ¿qué hacer? ¿Intentar medir cautamente hasta dónde se puede movilizar, como si eso pudiese preverse? Seguramente es bastante irreal pensar que todo puede ser contenido o elaborado en el tratamiento. De nuevo cito a Bion en "Seminarios Clínicos": "...la relación analítica... no es la que completa. Podría llamarsele transferente, transitoria, no permanente. Es como un albergue que se encuentra de camino a algún lugar; podría llegar a ser una etapa en el viaje hacia una comunicación real entre dos personas".

Por último, no quisiera que el título de esta ponencia pudiese sonar a pesimismo. Quizás, para ello, "la imposibilidad de decirlo" podría complementarse con "la humildad de aceptarlo", "la tenacidad de buscarlo" y "la posibilidad de acercarse".

Antonio Murillo Escoda, febrero de  
2004