

11

RETAZOS SOBRE LA IDENTIDAD Y EL SELF DE UN PSICOTERAPEUTA PSICOANALÍTICO, RELACIONAL

Alejandro Ávila Espada

"De mí podrán decir cualquier cosa salvo que fui definitivo"
(Fernando Aramburu, 2018)¹⁰⁸

"Yo vengo de la penuria y del trabajo alienado"
(Antonio Gamoneda, 2006)¹⁰⁹

Ecós de historia propia y experiencias

El recuerdo más antiguo que conservo, sentido, inscrito en una breve trama narrativa, es el de estar sentado en el suelo de ladrillo de barro cocido de la cocina de mi casa (materna) en Madrid, cerca de una olla en la que ardían unas astillas calentando el ambiente

¹⁰⁸ Aramburu, F. (2018). *Autorretrato sin mí*. Barcelona: Tusquets [Edición Maxi de 2020, p. 156, epígrafe: "El hombre provisional"]

¹⁰⁹ Antonio Gamoneda: "Discurso de recepción del Premio Cervantes 2006" (Extractos). Incluido como apéndice en su obra "La pobreza" (Galaxia Gutenberg, 2020)

invernal de un día oscuro, un buen rato antes de que mi madre encendiese la cocina económica. Yo tendría entre 3 y 4 años, recién levantado, y estaba en pijama. Es un recuerdo sentido como agradable, en el que la sensación de "calor de hogar" llenaba mi experiencia. El chisporroteo de esas astillas y el suave calor que desprendían colmaba cualquier otra ausencia.

Para llegar a la esencia de los significados de la escena que evoca ese recuerdo hay que remontarse al menos treinta años atrás (1923-4). Mi madre, nacida en 1908 en un pueblo agrícola de Cuenca (tierra de cereales y legumbres, principalmente) e hija tercera de Luis, agricultor aparcerero, hijo de molineros, y de Antera, que llevaba la panadería y el horno del pueblo, marchará de ese pueblo -donde no hay estudios para una mujer, solo el campo o la casa- a Madrid, junto a su hermana mayor, para ganarse la vida, primero en el servicio de una casa de la Calle de Postas, donde iniciará un recorrido que la llevará a trabajar en las cocinas del Palacio Real de Madrid, y ya en la república en la casa de José María Gil Robles, más tarde con la Casa de Alba, con la que pasará parte de la Guerra Civil en Las Navas del Marqués. Su mirada no estaba puesta en regresar al pueblo, aunque hubo de hacerlo tristemente entre finales de Marzo y Abril de 1935 cuando sus padres enferman y mueren en pocos días de una neumonía que no recibió ninguna atención ni ayuda de los "caciques" de la zona, sus señores, que quizás hubieran podido ayudar, y cuyas duras exigencias creaban un entorno de vida de gran rudeza. Con esas muertes, su familia, sus hermanos (de nueve nacidos -más otros cuatro abortos- solo quedarán cuatro tras la guerra civil), y su forma de vida quedó arruinada, unido al siguiente inicio de la guerra civil. Su hermano mayor, desde niño dedicado a las tareas del campo, y sin apenas instrucción formal sino autodidacta, ejerció como "maestro" de sus hermanas y hermanos, ocupándose de que aprendiesen a leer y escribir, hasta que "desapareció" a

poco de iniciada la guerra¹¹⁰; para ese momento mi madre ya se había vuelto a su trabajo en Madrid, y más tarde acogería a los tres hermanos pequeños, que iniciaron sus propios recorridos desde la casa que mi madre habitó en Madrid, cuando se estableció como independiente tras la guerra. Autodidacta en todos los terrenos, y con las pocas letras que aprendió de su hermano mayor, logró ser una cocinera y repostera de alto nivel, en gran medida también autodidacta¹¹¹, luego aprendió Corte y Confección con el *Sistema Martí*, por correspondencia, y con todo ello pudo abrir una modesta pensión en el barrio de Delicias en Madrid a principios de los años 40 (para estudiantes de Medicina del cercano Clínico de San Carlos, entre otros huéspedes) así como una academia de Corte y Confección, donde enseñaba a otras mujeres y cosía, mientras la vista y la espalda se lo permitieron.

No estaba entre sus planes formar una familia propia, algo que había rehuido desde joven, pero en 1943 fallece de Tuberculosis una prima paterna quien estaba casada y tenía cuatro hijos, el pequeño con apenas 3 años, en un pueblo cercano al de sus padres. Mi madre acogerá a las dos hijas y dos hijos de su prima en su casa en Madrid, y finalmente se casará con el padre de quienes así se convirtieron en mis hermanos, por parte de mi padre. Esta historia duró pocos años, mis padres no se entendieron, sin duda tenían agendas muy diferentes, y tampoco se habían unido por elección propia. Mi hermana mayor, costurera, se volvió a su pueblo, a establecerse, y es quien ha seguido, con su familia, la tradición agrícola y de costura. La segunda, que convivió con nosotros -mi

¹¹⁰ La última comunicación de él, documentada, le sitúa en Valencia, en 1936.

¹¹¹ Llegó muy pronto a dominar el manual más importante de esa época “La Cocina Completa” de María Mestayer de Echagüe (Marquesa de Parabere) que estudió en la edición de 1933 (Espasa-Calpe), cuyo ejemplar siempre conservó con sus propias anotaciones.

madre y yo- los tres primeros años, ejercerá como enfermera en su vida laboral, y cuidará a mi padre cuando ya este se retire de su principal ocupación (Maestro de obras, aunque mi padre también recogió la tradición de su hermano mayor, que ejerció de secretario del ayuntamiento, y fue juez de paz); otro de mis hermanos, que se irá primero al seminario para poder estudiar, trazará pronto su propio camino como experto en rehabilitación de monumentos históricos, en especial del Cister, ejerciendo e instalándose con su familia en Valencia; y mi hermano pequeño, se hará especialista en mecánica aeronáutica, ampliará horizontes y trabajará muchos años para la compañía Iberia en varios países de Europa.

Solo conviví con parte de mis hermanos de padre hasta los treinta y algunos meses, después llegamos a la escena del hogar encendido en esa cocina de principios de los años cincuenta. Durante más de una década solo habrá algunas noticias de mi familia paterna, pero no presencias. Mi madre conservaba los lazos con amigas de su juventud en los pueblos del entorno de su infancia, a las que visitaba o cuando ellas venían a Madrid, pero mi madre juró no volver a su pueblo mientras viviera (donde todo se había perdido) y lo cumplió. Cuando transcurridos diez años de su muerte, acaecida en 1982, hube de ocuparme de su -esta vez si- última morada, regresó dignamente a su cuna, donde solo quedaban ecos de dolor y pérdida, y desde ese momento, 1992, su tumba.

Mi madre llenaba el ambiente y la vida de mi infancia. En esos primeros años, y los siguientes, reunía en torno a ella la viva y bulliciosa dinámica de la academia de corte y confección que ella tenía en la propia casa, donde enseñaba y cosía, y más tarde de nuevo solo la pensión, también con derecho a cocina, que ofrecía a huéspedes temporales. No nos faltaba movimiento grupal. La intimidad a la que podíamos aspirar se refugiaba en nuestro cuarto,

que con la cocina y el cuarto de estar/comedor eran las estancias en que transcurría casi todo. El colegio nacional, al que asistí entre los 6 y los 10 años, quedaba cerca, a dos manzanas. La zona ocasional de juegos apenas a una manzana, en una glorieta cercana con espacios de rudimentario jardín y tierra en la que jugar al gua o a las carreras de chapas. Mi madre -y su reducido mundo social de entonces- era *el mundo para mí*, y en gran medida, yo lo era para ella, lo demás eran sus formas de ganarse la vida. Esto sucedía en los años 50 en Madrid, años teñidos de la miseria moral de la postguerra, cuando ya no había las graves carencias materiales de los años 40, pero se sentía el miedo en las expresiones de los adultos. Los niños podíamos jugar y evadirnos en diversas fantasías, mientras los ecos del rigor vivido y presente se marcaban claramente en los rostros de los mayores.

El mundo se ensanchó cuando inicié "ingreso" y luego la enseñanza primaria en el colegio Salesiano del barrio. Allí inicié una vida grupal más extensa, la competitiva y la cooperativa, la relación con los maestros buenos y malos, la presión -no excesiva- de la vida religiosa, el coro del que fui un tiempo miembro, y mis primeros contactos con el teatro, los juegos en un patio que era un amplio mundo a escala, el ciclo de cine de navidad, donde ensanchar algo la visión del mundo. En ese entorno permanezco hasta completar el bachillerato elemental. La primera mitad de los años sesenta transcurrieron hacia una mayor bonanza económica, plasmada en el discurso político de los "25 años de paz", cuando recuerdo estar acompañando con 14 años a mi madre a votar en el referéndum que blanqueaba el franquismo en 1964, y aún se sentía la huella de los sufrimientos de la guerra civil en mi familia, dispersa en la postguerra, con un "desaparecido" (nombrado como "Antonio, el que no supimos más de él"), que era el muy querido hermano mayor de mi madre, el que la enseñó a leer y a escribir, que tuvo la valentía de enfrentarse a los caciques agrícolas que

vivían a costa de los aparceros como mi abuelo materno, y que instruía a quien le quisiera escuchar en las ideas más ilustradas y sociales de la época; También un tío paterno, muerto en la guerra con solo 18 años; y, como no, sobrevivieron algunos "creyentes" del régimen franquista, seducidos por el discurso de la paz y el orden, otros disfrazados de lo que resultase conveniente, y otros simplemente en silencio. Hacerse un lugar, sobrevivir, reconstruir cierto bienestar, era la única tarea de quienes todo lo perdieron en los años treinta, orfandad en todos los sentidos, y que hubieron de buscarse la vida cada uno por su cuenta. La huella de esas pérdidas se sintetizaba para mí en los recorridos entre el colegio -una puerta discreta, pero abierta al mundo- y ese "hogar" que fue mi entorno desde mi nacimiento. Un recorrido que hice así hasta mis 15 años, en que empecé a tener conciencia más clara del entorno y del mundo en que vivía y al que pertenecía, y a pensar y sentir quien con los primeros ecos de una voz propia.

En ese tiempo apareció la interrogación sobre qué hacer, por dónde seguir. Permanecer solo como estudiante no era posible sin incluir el trabajo remunerado, necesario para nuestra subsistencia, y así desde mis 15 empecé a trabajar -primero solo en los veranos, después ya a jornada completa- y seguí estudiando "como se podía", pues solo parecía posible sostener unos estudios medios. Así me hice Maestro de Enseñanza Primaria (a los 16 años) mientras también cursaba el bachillerato superior nocturno¹¹² (opción para trabajadores) e intercalaba mis primeros estudios de idiomas en el escaso hueco del mediodía. Desde los 16 años trabajé a jornada completa, ritmo que ya no cambió nunca, aunque hubo turbulencias entre mis 22 y 24 años, por las consecuencias

¹¹² En el "Hogar del empleado", que tenía una filial del Instituto Ramiro de Maeztu de Madrid, que ofrecía estudios de Bachillerato nocturno, entidad fundada por el padre jesuita Tomás Morales.

derivadas de mi actividad política. Culminé el bachiller superior y el "preu" (Preuniversitario, en el citado Hogar del empleado), la "prueba de madurez", y accedí en el otoño de 1968 a los estudios de Filosofía y Letras en la Universidad Complutense en el grupo nocturno.

Desde el Pre-universitario, y en los dos años de cursos comunes en Filosofía y Letras, me volqué en la Historia Contemporánea de España y en su Literatura, muy influido por el entusiasmo de buenos profesores y profesoras¹¹³, y acompañado por el entusiasmo de amigos/compañeros de estudios y de inquietud social y política. Entre mis 16 y mis 22 viví una intensa actividad polifacética en la que junto a la vida del trabajo y del estudio y las necesidades cotidianas, se mezcló el grupo de teatro (...esos ensayos, a veces hasta las 4 a.m. y la fascinación por obras que iban desde Lorca a Brecht, de las de Calderón de la Barca a los métodos de Grotowsky y Stalivsnaski). En ese clima cultural, mezclado con la fascinación por el cine de la época (Bergman, el Neorrealismo italiano, Costa Gavras) se abrió paso en mis inquietudes el movimiento social y obrero clandestino del momento, siguiendo los ecos del socialismo utópico y del anarquismo clásico, en los que profundicé en la búsqueda de información y documentación en el Ateneo de Madrid, única biblioteca aceptablemente bien surtida en el Madrid esa época y a la que podía tener acceso, y que me convirtió en uno de los "discípulos de Anselmo Lorenzo"¹¹⁴. También los mundos de

¹¹³ En especial, la historiadora catalana del movimiento obrero María del Carmen García Nieto, para quien hice un documentado trabajo sobre Anselmo Lorenzo, una de las principales figuras del socialismo utópico y anarquismo histórico español.

¹¹⁴ Como les/nos cita Andrés Trapiello, en su monumental obra "Madrid" (Destino, 2020)

ensoñación que aportaba la música, que encendía mi pasión¹¹⁵, el teatro¹¹⁶, la literatura, la historia.... Si entonces (hasta los 20) me hubiesen preguntado qué quería ser (en la vida), hubiera respondido sin dudar que historiador, un historiador comprometido con el cambio social. Alguien que quería cambiar el mundo, cambiando con los demás comprendiendo su historia. Ese sentido de compromiso entre historia personal e historia social fue siempre una de mis marcas de identidad.

Así pues, cuando alcanzo mis 20 años, llevo con mi bagaje experiencial las huellas de las experiencias de abandono sobrenido y soledad, la huella de la carencia paterna y la de mis hermanos, casi borrados, desplegando intensamente la inversión de rol que me lleva a ejercer de cuidador emocional permanente de mi madre, quien - en correspondencia - me hizo depositaria de su “fe ciega”¹¹⁷. Esa fue mi primera escuela psicoterapéutica, lo que Sullivan denominó ansiedad -interpersonal- en la que calmar la inquietud del otro configura el escenario del propio bienestar.

También he vivido y encarnado la importancia del trabajo -el alienado, como en la cita de Gamoneda que encabeza este escrito, y el trabajo que, habiendo sido elegido, no deja por eso de ser

¹¹⁵ Una de las canciones e instrumentales que más me impactó en esa época fue “Light my fire” (The Doors, 1967)

¹¹⁶ Formé parte de un grupo de teatro independiente, inspirado en grupos como “Los Goliardos” y con aspiración a hacer obras como “Castañuela 70”, nuestro modelo en esa época, ensayábamos en un Salón de Actos en Moratalaz y por una representación de “La Ópera de Perra Gorda” de B. Brecht en Villalón de Campos (Valladolid) fuimos multados por el Gobernador Civil de Valladolid en 1972.

¹¹⁷ Hice referencia explícita a ello en uno de mis trabajos: Ávila Espada, A. (2005). Al cambio psíquico se accede por la relación. *Intersubjetivo*, 7 (2), 195-220.

exigente. Ante todo, la determinación por lograr aquello que sentimos como importante, y aunque el esfuerzo puede a veces pesar, se percibe como la única vía para ser uno mismo y realizar el sentido que nos hace personas en los ideales compartidos. También la importancia del conocimiento, que se plasma en la lectura -desde mi primer regalo que recuerde haber recibido en Reyes, un libro de Historia de España- y en la búsqueda documental, en la avidez por la literatura, la historia, la filosofía¹¹⁸, la política, que se plasma en la toma de conciencia de la complejidad del mundo y sus contradicciones, desplegada en 1968, con y tras el Mayo, y que ha seguido hasta el presente con diferentes intensidades. Pesaron -y pesan- los duelos, los amigos perdidos que se fueron jóvenes (Manolo, Luis, Paloma, Jaime, Joaquín, Jesús...), el tiempo interrumpido, nunca recuperado para la vida.

La vivencia de la importancia del grupo y de su calidez, incluidas sus turbulencias, y la capacidad transformadora de las experiencias que se pueden vivir con el grupo, y especialmente la huella de la importancia de los buenos maestros y maestras, de la vida, de la psicoterapia, que recuerdo siempre como puntos de inflexión, y me permitieron conocer lo que podía ser una práctica y vida comprometida con el cambio y atenta al sentido ético en el grupo y en la comunidad, a veces movido por la idealización e identificación, también por la desidealización.

En el verano de 1970, tras completar los dos primeros cursos de "Comunes" en Filosofía y Letras, en mis 20 años, leí la obra de Herbert Marcuse "Eros y Civilización" (1953) publicada en 1968 por Seix Barral. Creo que fue la primera obra que leí en la que se

¹¹⁸ Recuerdo el interés que me despertó un compañero de clase (Martín Argenta) que sin cumplir catorce años leía a Sartre y nos despertó el interés en su pensamiento.

reunía la crítica del pensamiento dialéctico junto a la concepción freudiana, y muy probablemente la primera obra en la que tuve un contacto más detenido con la teoría pulsional freudiana¹¹⁹ y su visión de la cultura. Lo cierto es que la lectura de esta obra debió jugar un papel decisivo en que virase de mis anteriores intereses en la Historia social contemporánea a la Psicología, pues cuando en Septiembre de 1970 hube de elegir "especialidad" para continuar los estudios de licenciatura, elegí Psicología para sorpresa de propios y extraños. He releído esta obra en 2020, y encuentro en ella conceptos que articulan mis intereses en el pensamiento social con la ontogénesis de la individualidad en su contexto social, y la evolución filogenética social y cultural de la civilización. En Marcuse re-encontré sus propuestas de "represión excedente" (restricciones provocadas por la dominación social, más allá de la represión pulsional descrita por Freud) y de "principio de actuación" (forma histórica prevaleciente del principio de realidad freudiano, donde la persona se realiza no solo en su realización libidinal sino también en su actuación social). Conceptos que serían claramente convergentes con lo que pocos años después (1974) leí en José Bleger (*Psicología de la conducta; Psicoanálisis y Marxismo*, entre otros) y en el pensamiento freudo-marxista en general, matizados y ampliados en el pensamiento clínico y grupal de Enrique Pichon Rivière. Sin duda influyó en mí y me sostuvo en mantener esa línea de acción, interés y compromiso, las experiencias vividas en 1972, cuando conocí por dentro la cárcel de Carabanchel, y permanecí pendiente de juicio

¹¹⁹ Sin duda ya había leído otros críticos del pensamiento freudiano, como Wilhem Reich (*La función del orgasmo*) a la par que otros autores de la Escuela de Frankfurt, o influidos por ella como Erich Fromm.

del Tribunal de Orden Público¹²⁰ hasta la amnistía parcial de 1976 y la más amplia de 1977¹²¹, un periodo de mi vida (1972-1976) en el que todo estuvo condicionado por esa circunstancia, y que es también el periodo en el que inicié mi formación y práctica como psicoterapeuta.

Las etapas de una formación y práctica

El tránsito por los estudios de Psicología fue convulso. Recibíamos entonces enseñanzas que combinaban posiciones arcaicas (aunque hoy no pueda creerse posible, las primeras lecciones que recibí sobre Psicología Clínica se basaban en el pensamiento de Tomás de Aquino y los procesos psíquicos que estudiábamos eran las potencias del alma: “memoria, entendimiento y voluntad”) junto a “innovaciones” aún poco elaboradas ni sometidas a crítica (del conductismo clásico y

¹²⁰ Sumario del Tribunal de Orden Público 1087/1972, al que he podido recientemente acceder parcialmente a través del Centro Documental de la Memoria Histórica.

¹²¹ Mi estancia en Carabanchel fue corta (poco más de 1 mes) pero muy significativa por los encuentros allí vividos. En libertad bajo fianza (se ocupó de mi defensa el luego catedrático y penalista Carlos García Valdés), estuve limitado de derechos y movimientos hasta el R.D.L. 10/1976 de 30 de julio sobre Amnistía y después Ley 46/1977, de 15 de octubre, de Amnistía, norma jurídica con rango de ley promulgada en España el 15 de octubre de 1977 que entró en vigor el día de su publicación en el Boletín Oficial del Estado, el 17 de octubre (véase para ambos: https://es.wikipedia.org/wiki/Ley_de_Amnistía_en_España_de_1977). Una anécdota reveladora del notable carácter de mi madre es que, no siendo en absoluto simpatizante de mis ideas políticas, consiguió que el entonces Juez Instructor del Tribunal de Orden Público, Jaime Mariscal de Gante, le devolviera la máquina de escribir intervenida como “prueba” por la policía en el registro de mi casa, tras mi detención.

operante, de un psicoanálisis muy mal explicado, una psicometría y psicodiagnóstico¹²² elementales, entre otros). Pero era un territorio abierto a la búsqueda, y así, transité con buenos compañeros los tiempos de huelga y reivindicación con la elaboración de publicaciones como los *Cuadernos de Psicología Crítica*, en los que se indagaba sobre todo lo nuevo que teníamos en el horizonte, abriendo puertas, no cerrándolas.

Como mi vida de estudiante que también trabajaba a tiempo completo conectó enseguida con el horizonte de la docencia universitaria (que empecé informalmente con 24 años, y ya formalmente con 26), eso me permitió sentirme y ejercer como agente en la construcción de la psicología académica y profesional desde esos primeros años, un entorno en el que he permanecido hasta mis 70 años, momento de la jubilación forzosa. En la docencia y en la investigación universitaria, en la creación y desarrollo de instituciones profesionales sentí la oportunidad de poder hacer, creando estructuras que permitían que los procesos avanzasen, que se pudieran transformar estructuras arcaicas en ámbitos de innovación y descubrimiento. La docencia, ha sido para mí un puente para la clínica, y viceversa, la clínica, daba sentido a la docencia.

Mi interés explícito por la psicoterapia y sus procesos inició su recorrido en 1974, con apenas 24 años, ya titulado, cuando entré en contacto con algunas destacadas figuras del pensamiento freudo-marxista, que proponían una *Psicología de la Liberación*

¹²² Fue en el ámbito del psicodiagnóstico donde pude recobrar un sentido de subjetividad entre la historia personal y social. En esta disciplina, en la que luego iniciaría mi carrera académica, tuve destacados maestros, como la Profesora María Eugenia Romano, primera mujer catedrática de Psicología, que apoyó mi interés por las técnicas temáticas, una vía de acceso a la narrativa de la subjetividad y la relacionalidad.

comprometida con el cambio social (Nicolás Caparrós, Antonio Caparrós García-Moreno, Eduardo Pavlovsky, entre otros muchos¹²³). En ese recorrido tuve maestros muy valiosos, y también conocí los precipicios de la omnipotencia terapéutica, cuando todo parecía posible y no se aceptaban apenas límites (ni en la propia experiencia ni en la acción). Ya desde mis primeras lecturas sistemáticas ocuparon un lugar destacado Harry S. Sullivan, el ya mencionado Bleger, Enrique Pichon Rivière, Erich Fromm y los ideólogos clínicos del pensamiento grupal, principalmente argentinos.

Desarrollé mi práctica y experiencia grupal en la clínica durante los siguientes treinta años, considerando que el trabajo grupal era uno de los motores más poderosos del cambio, subjetivo y social¹²⁴. A partir de esas primeras lecturas se unieron pronto las de Sándor Ferenczi, Michael Balint, Wilfred Bion, John Bowlby, así como una relectura crítica de Sigmund Freud, y sobre todo el descubrimiento del pensamiento de Donald Winnicott. Más tarde, conocer y profundizar en la obra de Heinz Kohut me ayudó a entender facetas poco integradas hasta entonces, como el papel del Narcisismo en la construcción de la subjetividad, normal y patológica. Cada vertiente abría nuevas puertas, y pronto estuvieron en el centro de mis inquietudes la propia naturaleza y curso del proceso psicoterapéutico, al que dediqué algunos años de

¹²³ Véase también la reseña In memoriam de Nicolás Caparros (1941-2021) en la que reflejo facetas del clima y principales inquietudes de esa época (Ávila, A., Rodríguez, C., Lorenzo, L., Vallejo, F., Irazábal, E. y Olabarría, B. (2021). In Memoriam: Nicolás Caparrós (1941-2021). *Clínica e Investigación Relacional*, 15 (1): 298-314 DOI: 10.21110/19882939.2021.150118)

¹²⁴ Véase una compilación de mis trabajos (compartidos) en el e-book: “Escritos sobre psicoterapia y técnicas de grupo. Contribuciones al pensamiento vincular desde la práctica grupal (1978-2010)” (accesible en: <https://alejandroavila.academia.edu/>)

investigación¹²⁵, y los desarrollos de lo que luego fue denominada perspectiva relacional, una casa común en la que siempre estuve, pero solo fui más consciente de ello a mediados de los años 90, formalizándose así para mí un territorio de pensamiento, experiencia y acción en el que he vivido en los últimos treinta años¹²⁶.

Las fuentes que han alimentado mi construcción como psicoterapeuta han sido mis inquietudes esenciales en torno al cuidado y la ayuda a los otros, mi experiencia de la propia psicoterapia y psicoanálisis, en diferentes periodos¹²⁷, y las ricas experiencias vividas con quienes me confiaron sus necesidades psicológicas y demandaron ayuda en ya, hasta hoy, cuarenta y siete años de inmersión en la clínica. Pero también, y de manera muy relevante, la constante indagación académica que, de la mano de la investigación, en especial del proceso terapéutico, mantuvo siempre mi mundo mental lleno de interrogantes y en busca de respuestas, en las que, si yo flaqueaba, siempre había algún

¹²⁵ Véase una selección de contribuciones en el e-book “La investigación del proceso terapéutico. Estudio de un caso” (véase en: <https://alejandroavila.academia.edu/>)

¹²⁶ Los trabajos que he escrito o propiciado en este recorrido y sistematización de lo relacional están representados en dos de las obras que he compilado: *La tradición interpersonal. Perspectiva social y cultural del psicoanálisis* (Ágora Relacional, 2013) y *Relational Horizons* (IPBooks, 2018). Están en preparación otras compilaciones de trabajos propios, bajo el título “Escritos Escogidos I y II”.

¹²⁷ Con tres períodos principales: 1974-78, en Psicoterapia Psicoanalítica con Nicolás Caparrós; y tras un breve periodo que no fructificó con otro analista, y numerosas experiencias grupales muy valiosas (con Emilio Rodríguez, Norma Ferro, Hernán Kesselman y otros) tuve una segunda etapa (1978-83) con Eduardo Pavlovsky, también psicoterapéutica, y finalmente un tercer período, de psicoanálisis, que realicé con Mercedes Samanes (APM-IPA), hasta su fallecimiento en 1998.

alumno/a o colega que me ayudaba a mantenerme despierto. Y muy especialmente destaco los pares profesionales, colegas esenciales, para los que y con los que sostener una práctica, quienes nos hemos acompañado en el Colectivo GRITA, a lo largo de varias décadas, y que continua¹²⁸.

Facetas del Self, configuraciones de la Identidad

"...Que buen vasallo si tuviese buen señor..."¹²⁹ La configuración del narcisismo saludable requiere que dispongamos de identificaciones, en las que vivir procesos de fusión y diferenciación, obtener reconocimiento y a la vez contraste, que permita crecer, abierto a nuevos horizontes. Es un conjunto de procesos que se vive con las figuras parentales, y con sus sustitutos reales y/o simbólicos. Necesitamos sostener nuestro narcisismo primario en vínculos constituyentes, y luego madurarlo con el sostén que presta un otro(s) idealizado, que permita crecer, que se quiebre, que se recupere, al menos parcialmente, y que permanezca como un símbolo de que la madurez es posible. El recorrido de un terapeuta se sostiene en las oportunidades de las experiencias

¹²⁸ Los orígenes de este grupo, actualmente coordinado por mi compañero y amigo Carlos Rodríguez Sutil, así como del interés explícito por el pensamiento relacional contemporáneo están narrados colectivamente en: Ávila-Espada, A., Aburto, M., Rodríguez-Sutil, C., Vivar, P., Espinosa, S. y García-Valdecasas, S. (2007). Construyendo una historia grupal del pensamiento relacional en España: Un relato de nuestra contratransferencia con el Psicoanálisis. *Clínica e Investigación Relacional*, 1 (1): 128-149.

¹²⁹ Verso 20 del Cantar de Mio Cid. Una expresión clásica que nos evoca la desorientación que se abre cuando la persona pierde las idealizaciones que han sostenido a las figuras de referencia y tiene que navegar sin ellas, fundando lo que sienta conveniente, estableciendo proyectos propios, que sin embargo tengan sentido para los otros.

vividas, en su sentido de agencia a la par que se aprovecha de los recorridos de búsqueda de sus propias experiencias terapéuticas. También en la capacidad que consigamos adquirir de evitar los cantos de sirena de la omnipotencia narcisista, que nos arrastra a golpearnos entre el narcisismo patológico (frágil o endurecido) y la paranoia.

Viví principalmente tres periodos de indagación y reconstrucción terapéutica personal. Uno primero, entre mis veinte y treinta, más psicoterapéutico, esencial para encauzar constructiva y productivamente mi vida personal, en el que puede adquirir un pensamiento reflexivo que me situaba como sujeto en el vínculo principal que marcó mis primeros años, mi madre. Un segundo, a continuación, de indagación analítica donde me enfrenté a las preguntas, hasta entonces más bien evitadas sobre mis raíces y fundamentos, reconstruyendo mi relación interna y real con mi padre y otras figuras de mi propia historia. Una tercera etapa, ya en mis cuarenta para reorientar mis búsquedas y re-encontrarme como lo esencial de mi singularidad, un equilibrio entre ser para los otros y para mí mismo, la importancia de reivindicar mi intimidad y necesidades emocionales, sin confundirlas con las tareas que desempeñaba. La resultante de esos periodos ha sido un sentido de identidad más pleno, pero nunca completo, abierto a nuevas preguntas, en función de las fuerzas de las que se dispone en cada etapa del ciclo vital. La vida se construye en las experiencias compartidas de cada día, y siempre está presente una interrogación sobre el sentido de los vínculos que mantenemos, las tareas que asumimos y las experiencias que vivimos en ellas.

Para mí, ha sido esencial, para cualquier otro psicoterapeuta lo es también sin duda, abordar la re-construcción narrativa de lo vivido y del llegar a ser quien soy. Qué conozco de mi Identidad y que experiencia tengo de mí mismo. Y contarlo, en este y en otros

textos. Una experiencia que alcanza su sentido en los vínculos, y en especial en mi vínculo de pareja, que encuentra en Rosa su alteridad compartida, plena, desde 2003 hasta el presente.

Para llegar a ser nosotros mismos, con cierta conciencia de ello, necesitamos narrarnos. Y para acompañar a otro en el descubrimiento/re-construcción de su ser, necesitamos ayudar a que haga su narrativa, y mientras él/ella la hace, nosotros re-escribimos la nuestra. No podemos ser psicoterapeutas sin (re)construir nuestra propia narrativa de quienes somos/hemos sido. No es meramente la verdad factual, sino el compromiso con la verdad de la experiencia, cambiante, porque la narrativa nunca está completa ni es definitiva.

La identidad percibida -y su sentimiento- es una narrativa con facetas conscientes e implícitas, que está en constante construcción -principalmente no consciente, aunque pueda tener desarrollos reflexivos- que puede ser *percibida y reconocida por otros*, y en la que las personas buscan reconocerse a sí mismos y encontrarse coherentes. Es un recorrido de experiencias través de los cambios espacio-temporales y sociales vividos, a través de las etapas del ciclo vital, e hilvanados como un sentido de pertenencia (a los ambientes, a los grupos, a uno mismo). La expresión cultural “genio y figura hasta la sepultura” resume esta dialéctica en cada uno de nosotros entre la individualidad biofísica, el carácter/temperamento y la personalidad social, que es lo que es porque es así reconocida por nuestros otros significativos y reconfigura la percepción que tenemos de nosotros mismos. No somos ni estamos en el mundo sin los otros.

Sentir la Identidad requiere capacidad de estar en contacto con las facetas del Self. Y el Self es percibido por el sujeto como una representación de Sí mismo, estructurada como Sentimiento de

Identidad en relación con otro(s) que le reconocen como sujeto singular. Es, constitutivamente, un self relacional.

Recordemos que denominamos Self a la representación de uno mismo percibida como tal. No es más que un recorte psicológico del concepto de Identidad, que es más amplio. Esta representación (se trata más bien de un sistema de representaciones) se empieza a configurar desde los vínculos tempranos (se suele asumir que disponemos de la primera representación de uno mismo como sujeto hacia los 24 meses, en esa etapa es una vivencia más que una representación organizada). Esa configuración del sistema de representaciones que estructura el Self, se da esencialmente a través del feedback intersubjetivo junto a los marcadores somáticos asociados que se integran en la propia experiencia, donde se configura la propia representación (me veo, me reconozco o me diferencio en lo que me dicen de mí, y en la emoción-marcador somático que se activa con ello). Pero el sistema de representaciones que constituye el Self no solo se construye a partir del feedback intersubjetivo, el propio sujeto desempeña un papel agente (historizándose), y todos los partícipes y el propio sujeto pertenecen a una cultura y ámbito.

El Self resulta así una narrativa de uno mismo organizada como historia propia, y marcada por los contextos que van integrando nuestra identidad, y significada en los vínculos: soy para mí con lo que soy para otros, pero también para mí mismo. Mi historia propia la sostengo desde mi experiencia y la confirmo en mis vínculos. Lo que siento mío, mis características, mi historia, lo sostengo como identidad percibida, pero si no tenemos feedback intersubjetivo (a veces solo será fantaseado: esto que hago y el sentido que le atribuyo se basa en mi fantasía de la respuesta del Otro, actual, futura o pretérita), la vivencia de uno se desmorona progresivamente. Es un tema complejo. Pero el Self

NO SOLO se desarrolla en el reconocimiento. Necesita el reconocimiento (de la alteridad) para sostenerse, pero también se auto-sostiene. Sabemos quiénes somos por identificación con nosotros mismos, con la historia propia, una historia determinada por las pertenencias, familiar, micro-social, cultural, ligada a ambientes. La Identidad es la percepción integrada de los estados sí mismo, consciente, pre-consciente e inconsciente (no reflexiva) de la matriz self+objetos del self+contextos de validación.

Pensar(se) en estos temas y vertientes es una tarea esencial de todo psicoterapeuta. Por ello es esencial reconstruir la narrativa -siempre abierta- de qué, cómo y con quién hemos vivido lo que nos ha construido como somos. Narrar(se) necesita el soporte de la escritura, y el libro en el que este texto va a ser incluido aporta un buen ejemplo de la polifonía de los caminos y experiencias que conducen a la psicoterapia.

Cuando, como es mi caso, se roza ya el periodo en el que será prudente empezar a retirarse, es decisivo sentir que se han recorrido caminos valiosos tanto por las experiencias compartidas, como por la huella que pueda dejar en otros, y los caminos que queden abiertos, para todos. Soy, usando una imagen de Emilio Rodríguez¹³⁰ “el paciente de las 30.000 horas”, quien fue uno de mis maestros. También aceptar, con esa experiencia de vida y psicoterapia, los numerosos fracasos, por nuestra propia incapacidad para llegar a ser todo lo que podíamos ser, en un mundo complejo.

Siempre me pareció esencial compartir e intentar transmitir los conocimientos y experiencias, por eso he promovido y sostenido

¹³⁰ Rodríguez, E. (1977). *El paciente de las 50.000 horas*, Madrid: Fundamentos

entornos de publicación¹³¹. He sentido la clínica como una rica experiencia con las personas que me depositaban su confianza, pero siempre como un entorno grupal. Quizás nuestros retos clínicos no los podamos ni debemos acometer solos, y siempre sea necesario un entorno institucional¹³², o al menos un ambiente grupal, del que siempre he tenido la oportunidad de disponer. También, y no menos importante, la riqueza de los vínculos que pueden vivirse en la propia psicoterapia y la supervisión. Supervisar en asimetría funcional, pero con mutualidad de experiencia con el otro, es de las experiencias más enriquecedoras que un clínico puede vivir. Así lo he vivido, y así intento transmitirlo.

Nuestra tarea es construir y sostener nuestra sensibilidad, pero también tolerancia al sufrimiento del otro, mientras se despierta en él/ella la resiliencia y la agencia. Transitando y gestionando permanentemente los duelos. También los de nuestras propias limitaciones, pues “Somos más humanos que cualquier otra cosa” (Sullivan). Entre tanto creando y usando las estructuras necesarias para poder hacer, uno y con los demás. Recuperando y narrando la

¹³¹ Promoví y realicé, en diferentes etapas las revistas: *Cuadernos de Psicología Crítica* (UCM, 1970-74), *Papeles del Psicólogo* (COP), *Clínica y Análisis Grupal* (1976-1998), *Intersubjetivo* (1998-2005) y la vigente *Clínica e Investigación Relacional* (2006...). Y en cuanto a líneas editoriales, fundé la de Quipú ediciones y con Biblioteca Nueva (hasta 1994), y desde 2009 la *Colección Pensamiento Relacional* (Serie Fundamental; Serie Ensayos y Experiencias) que publica Ágora Relacional en Madrid.

¹³² He promovido la fundación y desarrollo de numerosas instituciones en el ámbito de la Psicología y la Psicoterapia, todas ellas permanecen, aunque a algunas ya no pertenezco: Quipú, y sus derivadas hasta 2005; el Colegio Oficial de Psicólogos; SEGPA (hasta 1998); la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas; Ágora Relacional; la Sección Española de IARPP; y por último, el Instituto de Psicoterapia Relacional.

historia (transmitida, vivida) para avanzar en la propia, pues necesitamos historias para recuperar la experiencia de los otros en nosotros, y viceversa. Necesitamos nuestra propia historia para sostenernos.

La tarea a la que he sido convocado y que ha motivado esta reflexión no concluye aquí. Pero sí este escrito. La vida continúa. Como personas y psicoterapeutas, estamos convocados a la vida, ante la que cada uno de nosotros, sus visitantes, participamos habitándola con nuestros semejantes:

“Ardua es su tarea no elegida de existir; pero en su mano está dotarla de sentido si a la vida general agrega unas briznas de conocimiento y hermosura con esfuerzo generoso; si multiplica y comparte, no pidiendo nada a cambio, los dones gratuitamente recibidos” (Aramburu, 2018, p.48¹³³)

¹³³ Fernando Aramburu: *Autorretrato sin mí*, Barcelona: Tusquets, orig. de 2018; cita de la edición Maxi de 2020. Epígrafe: “A un visitante de mi tumba”.

Ramón Arturo Mon (comp.)