

La psicoterapia adleriana en el futuro

En el pasado la psicoterapia adleriana fue fecunda. Fue inspiradora de la mayoría de las técnicas y métodos que hoy están en uso. Aun en estos días sigue siendo vigorosa e eficaz. Sus fundamentos epistemológicos la convierten en una teoría actual abarcando un enorme lapso que va desde el ficcionalismo de Vaihinger al constructivismo de Piaget. Su concepción ética y axiológica no es el menor de los aportes porque desde la búsqueda del sentido de la vida al sentimiento de comunidad, mediados ambos por la voluntad de poder colocan al hombre solo parado en el filo de la navaja de la soledad y de la necesidad de pertenencia.

Con esta riqueza práctica y teórica debemos realizar una revisión de los aportes adlerianos en una centuria y los desarrollos que otras psicoterapias han tenido por su cuenta. Y postular desarrollos propios. Encontraremos convergencias y divergencias. Preparemos un nuevo modelo que apunta al cambio constante pero con una necesidad de puntos fijos. Con esta metáfora podremos utilizar la palanca que reclamaba Arquímedes para mover el mundo.

Después de un extenso período de condicionamiento impuesto por dictados de modas que posaron de científicas pero nos dejaron desvalidos frente a la angustia y la falta de compañía real y al sinsentido, debemos entender una vez más que “todo puede ser de otra manera”. El cambio y los avances en genética y en control del ambiente nos llevan a preparar métodos que utilicen el máximo poder creador, mientras el cambio climático es una realidad no plástica y la genética nos dice a cada rato “memento homo...”. Estamos frente al desafío de renovar la terapia profunda, positiva, holística, teleológica, axiológica y positiva que nos posicione con coraje en un abanico de técnicas y métodos que ya están en construcción.

Nuestra psicoterapia en el futuro tendrá como ahora pero con mayor énfasis asiento en la afectividad y en el compromiso para promover una “vita nova” como quisiera llamarla por amor al Dante de quien recojo dos singulares metáforas. Una la del tormento de Paolo y Francesca que son víctimas de la ingravidez que les impide acercarse mutuamente, otra la de los indiferentes que deben estar en una manifestación detrás de un estandarte en blanco porque no tuvieron compromiso. Me refiero al compromiso político en el sentido aristotélico del **zoon politikon**. Somos animales sociales y racionales.

Esto no implica la caída en un racionalismo epistemológicamente ya fenecido sino tener en cuenta la idea adleriana de la colaboración. Ansbacher nos ha recordado que Adler en la Asociación Psicoanalítica de esta ciudad que hoy nos hospeda, declaró a Marx el primer psicólogo social y que confió en él desde el punto de vista sociológico pero no económico. Marx decía que antes los filósofos interpretaban el mundo y que

hoy la filosofía debe servir para el cambio. Los terapeutas y los consejeros que nos sustituyan han de ser capaces de promover un cambio de estilo de vida y un cambio en la sociedad donde se armonizan posturas darwinianas y hegelianas. Sin dejar de tener en cuenta más allá de psicopatologías fáciles o complejas que cada estilo de vida es personal, único e irrepetible, como lo ejemplificó Bernstein en el prólogo a la versión española de “El carácter neurótico” . Habrán de aceptar que el mundo es diversidad y aprenderán el respeto y la tolerancia entre los individuos y naciones como fue la preocupación del final de la vida de Dreikurs. Porque después de todo el estilo de vida de los países depende del estilo de vida de sus integrantes quienes en parte conscientemente y en parte inconscientemente eligen a sus gobernantes o les permiten estar en el poder. El poder según la eficaz expresión de Rollo May, indudablemente influido por Adler es la capacidad de realizar el cambio o impedirlo. “poder” y “sentimiento de comunidad” son los polos de un eje del cual no podremos nunca prescindir. Del mismo modo que será tarea más difícil, en cuanto psicología profunda descubrir metas inconscientes frente a un derroche de estímulos. Pero seamos optimistas con Ortega y Gasset cuando dice: “Sólo es posible divisar algo cuando se mira lejos”.

Usemos una vez más la etimología, la palabra griega **idiotes**, traducida por “idiota” calificaba a aquél que no tomaba parte en los asuntos del estado. Los adlerianos debemos y deberemos ser generosos y llenos de humor e interés social, de lo contrario es mejor que abandonemos las filas adlerianas.

La importancia de la afectividad unida a la cognición será una de las principales características. Desde hace mucho tiempo sabemos que la memoria sin afectividad desaparece. El mismo Freud aquí coincidió con Adler en la selección afectiva de los recuerdos. El cognitivismo extremo es una recensión de la herejía gnóstica que postulaba que se podía llegar a Dios por la información, dicho en términos actuales. Aquí se da lugar a lo que el individuo quiere.

En nuestra era tecnológica más que científica recordamos el diálogo entre Jean Paul Sartre y Simone de Beauvoire, cuando ésta frente a la angustia por la muerte de su madre dice que la ha vencido la ciencia, a lo que Sarte, responde: No, a usted la ha vencido la técnica. Los terapeutas del futuro no podrán estar al margen de la tecnología y revisarán las técnicas. Acá entenderán junto con Künkel que “una sola técnica es un error de técnica”.

Habremos de seguir teniendo en cuenta el discurso de Anatole France cuando le dice a la juventud que está convencido de que “el pentagruelismo es la mejor filosofía porque está fundado en los dos polos del alma humana, la ciencia y el amor”. Lo mismo ocurrirá con nuestra psicología en permanente actualización.

David Ausubel postula en la actualidad en “aprendizaje significativo”, esto es que tiene significado para cada alumno. Cuando los muchachos hablan con los docentes fuera del aula les manifiestan a veces: “Lo que enseñaste no me dice nada”. Las futuras terapias de raigambre adlerianas tendrán muy en cuenta el verso de Virgilio: “Omnia vincit amor” (el amor todo lo vence).

La creatividad, (en griego **poesis**) ha de ser del mismo modo que lleva a elegir el estilo de vida, la que nos lleve a elegir la caja de herramientas psicoterapéuticas del mañana. No verifico para tener empatía con los griegos que decían que Clío, la musa de la historia, era la menos seria de todas las musas. Este hecho es conocido por todos los adlerianos porque sabemos que los recuerdos cambian con el tiempo y la psicoterapia. Apelo a mi memoria, para compartir un recuerdo no verificado de mi adolescencia. Se trata de la película Alphaville de Goddard. Allí en un ambiente aislado del mundo exterior cae un visitante y se encuentra con un dictadura de la técnica. El huésped del hotel es informado que alguien fue a prisión porque lloró en el velorio de un amigo. Está prohibido expresar los sentimientos. Todos los días ponen sobre la mesa de luz de la gente, una biblia, que en realidad es un diccionario. Allí están todas las palabras y conceptos admitidos. Falta la palabra conciencia que es objeto de especulaciones entre los resistentes. Al día siguiente la computadora interroga o hace un psicodiagnóstico al forastero y la pregunta final es: ¿Qué hace que la noche se vuelva día?. El forastero responde: La poesía. La computadora se vuelve loca. Dice que esto no está en su programa y no lo puede procesar...

El sentimiento de comunidad no es otra cosa que la *charitas* de los latinos. Esta es la más importante de las virtudes según San Pablo, por encima de la fe y de la esperanza. Y a la hora de los diagnósticos, como categorías provisoria, o meras metáforas de “un proceso que puede ser intuido por nunca comprendido” de acuerdo con la certera afirmación de Künkel. En nuestra época donde abundan las etiquetas de trastornos narcisistas, megalomanías, quién puede dudar que detrás de eso no hay otra cosa que una carencia de sentimiento de comunidad y un incremento del sentimiento de inferioridad.

La megalomanía a muchas veces tiene como base un sentimiento estético. Así como Otto Rühle se ocupó de la inferioridad social, importantísima en esta época cuando los excluidos son cada vez más y tenemos el compromiso de integrarlos apelando a nuestra creatividad. Podemos tener en cuenta que Zurrón se ocupó de la fealdad como ese “don no tan amargo”. Y explicó que no hay fealdad sin compensación.

En nuestras sociedades postmodernas cada vez con mayor número de delincuentes, podemos afirmar con Adler que los delincuentes además de faltarle sentimiento de comunidad son cobardes y atacan al más débil o desprevenido. Aquí se ratifica la afirmación de Adler: “Toda neurosis es cobardía”. Afirmamos entonces de acuerdo con la biógrafa Bottome: “Si alguien quiere evitar determinadas responsabilidades se

vuelve neurótico". Si quiere evitar todas las responsabilidades se vuelve psicótico o delincuente o psicopático o antisocial. No hay manera de poner más en evidencia que la psicología adleriana tiene la misión de ser preventiva vía educación. Y aquí nos encontramos con que los docentes-yo soy uno de ellos- son de los individuos más conservadores. Paulo Freire anotó que el drama de los conservadores es que no pueden concebir que las cosas puedan ser mejores. Es decir contradicen nuestra regla áurea de que "todo puede ser diferente". Será misión ineludible enseñar con Gide citado por Saint Exupery que "la felicidad no está en la libertad, sino en la aceptación de un deber". Una vez más reforzaremos el apotegma de Adler expresado por Dreikurs: "Adler liberó al hombre de la causalidad y lo gravó con la responsabilidad". Somos tan responsables de lo que ocurre en nosotros como en el entorno. A esto responde la bioética que nos ha demostrado que el calentamiento global es obra de nuestro egoísmo y consumismo. Hace unos años el economista René Dumont escribió que nuestra "sociedad se ha vuelto loca y ha perdido el control de su modelo de consumo cuya manifestación más estúpida es el automóvil particular".

Hay un concepto nuevo en psicología que tiene mucho futuro, es el de resiliencia. Se trata del adulto responsable que presta su apoyo incondicional y afectivo al ser agredido, abusado y que aún con esos estigmas puede insertarse y contribuir con la sociedad. Los futuros adlerianos serán sujetos dispuestos a la ayuda y a la multiplicación de la resiliencia, porque es sabido que el neurótico de hoy es hijo del neurótico de ayer. Esto nos lleva al tema de la distribución del conocimiento y de la riqueza, que es lo mismo que compartir el poder.

Tagore tiene un poema que nos muestra la miseria de los ricos cuando dice más o menos: "El niño vestido de príncipe pierde el gusto de su juego porque su atavío le estorba a cada paso, gana él algo con ser esclavo de ese lujo que le aparta del polvo saludable de la tierra, que le impide entrar en la gran fiesta de la vida de todos los hombres?"

En la psicosis de nuestra sociedad nos encontramos con familias de hijos únicos que a su vez producen hijos únicos donde el aprendizaje de compartir o convivir está exento. Otro de los desafíos futuro que debemos ir solucionando desde el presente. El que no tenga hijo puede ser padre de muchos. Allí tiene más mérito que haber transmitido sus pobres genes...

Todo esto habrá que realizarlo con humor. Recordemos que Adler murió con la idea de escribir un libro que se llamara "Bromas terapéuticas" guante que fue recogido por Michael Titze en su elocuente constructo de gelotofobia y su muy adleriana psicoterapia de humordrama. Me recuerda las afirmaciones de France: "Cuanto más pienso en la vida humana más creo que habría que darle por testigos y por jueces a la piedad y a la ironía".

Algunos llegaron a pensar que la psicología adleriana en el siglo que nos precedió habría de desaparecer por diseminación. Querían decir que era tan obvia que sus aportes iban a ser recogidos por otras corrientes a tal punto de no saberse la procedencia. Como en esa melodía de lo que nos habla Ellenberger cuando el autor preguntó a quién pertenece les respondieron pertenece al folklore, nadie la inventó. Es una confirmación de las palabras proféticas de Adler en el prólogo a un libro de Dreikurs: "La psicología individual ganará muchos adeptos aún sin conocer el nombre de sus iniciadores". En esta instancia centenaria, ennoblecida como el vino añejo, nuestra psicología refuerza su identidad y con respeto prepara el futuro para saber y enseñar quién es quién.

Desde ahora con nuestra postura teleológica con antecedentes en la filosofía de Kant podemos entender mejor porqué la mujer de Lot se transformó en estatua de sal por mirar hacia atrás. Aquí viene en nuestro auxilio el aporte de Vaihinger que desde el ficcionalismo fue el soporte epistemológico de "El carácter neurótico" también hoy centenario y que es el documento de identidad de nuestra postura científica frente a la diversidad de pensamientos. Este constructo seguirá siendo acompañado del holismo. Taragano, en filósofo de un país vecino al mío dice que "un siglo, es un capricho del sistema decimal y que no es sin embargo capricho sin consecuencias [...] El siglo XX creó un mundo nuevo que se expandirá en las décadas por venir". Malraux sentencia en sus "Antimemorias" que "Nunca la tierra se había transformado hasta tal punto en un siglo [...] "He conocido los gorriones que esperaban a los caballos de los tranvías en el Palais - Royal, y al tímido y seductor comandante Glenn a su regreso del cosmos". A nosotros nos tocó volver a verlo regresar de viejo al cosmos con imperios en decadencia...

Taragano insiste en el lado heroico de la ciencia bajo la sombra de Malraux quién dice que ese escritor filósofo buscó en vano al Buda o al Mahoma contemporáneo. No tuvo en cuenta que fue precisamente Adler quien en occidente nos mostró un camino optimista y abierto que con respeto a la Trascendencia fue y será capaz de construir un hombre y una humanidad nuevos.

También entre tanta información, deberemos apelar, para seleccionar y comprender, al sentido común. Cuentan que en una de las conferencias de Adler alguien le manifestó que todo lo que había dicho era "sentido común", Adler replicó con la pregunta: "Y que tiene de malo el sentido común?",

Adler sostuvo "la igualdad entre los hombres" allí no hay diferencia entre democracia y socialismo. Nos es concebible un constructo sin el otro. Desde que Watson y Crick descubrieron en 1953 la estructura molecular del ADN, sabemos que los genes de un caballo se diferencian de los genes del hombre sólo por el modo en que se alinean los nucleótidos en el ADN. Nos enseña Philip Handler en su libro "Biología y el futuro de la humanidad" que "hay una sola forma de vida en la tierra". Las disciplinas científicas

serán como fueron para nuestra psicología, inseparables, pero con mayor eficiencia y colaboración. En este holismo, la física y la química son inesperables sólo a un nivel muy bajo de abstracción. Anota de nuevo Taragano que, la “biología celular es inseparable de la química... esta dependencia mutua no ocurre sólo entre las ciencias, la teología, la ética y la metafísica se descubren ligadas a la genética. Pero lo creativo que todos tenemos ha permitido alterar características innatas. Nuestro poder de manipulación ha dejado de pertenecer a la ficción pura.

La postura que manifestamos es muy distinta si la vemos desde el lado pesimista que nos hace ver empujados desde el pasado, víctimas del ambiente o de la herencia. Ese será uno de los desafíos de los futuros adlerianos mostrar que el hombre puede ser libre y que aún en las peores circunstancias tiene la capacidad de elegir. Desde luego que esto implica un aumento del coraje. Alentar seguirá siendo nuestra gran tarea. Allí encontrarán de nuevo las futuras generaciones la respuesta al sentido de la vida. Como correctamente fue vislumbrado por Adler en un libro que lleva el mismo título: “El sentido de la vida”.

Recordemos que Adler en los primeros años de su carrera se dedicó al concepto de inferioridad orgánica y se trasladó por medio de la inferioridad social a un sistema más amplio y humanista que quedó plasmado en un libro que escribió con un pastor luterano, donde se cotejan, la cura de almas y la psicología individual.

Tendremos nosotros y quienes vendrán que predicar con el ejemplo el sentimiento de comunidad y que se diga de los adlerianos como se dijo de los primeros cristianos: “Mira como sea aman”. Es la mejor manera de encontrar el lado útil de la vida cómo antídoto de la neurosis,+ la psicosis y la psicopatía. Observemos una perversión que escandaliza al mundo, la pedofilia. Eso no es otra cosa que un estancamiento en la situación infantil, como señaló Adler al referirse a la transferencia psicoanalítica, también es un problema de cobardía, de poder, de sentimiento de inferioridad y de escasez de sentimiento de comunidad. En lugar de juzgar, que no es tarea de los psicoterapeutas colaboremos en el cambio de ese estilo de vida y en la inserción en la sociedad. Aquí también serán capaces de enseñar a reparar y a contribuir.

Sobre todo la terapia adleriana futura será libre de sectarismo y de ortodoxias por ello quiero terminar con las palabras de un maestro de mi país, Rodó, en su parábola la despedida de Gorgias, quien como Sócrates es un hombre fuera de época, por adelantado, por eso merece morir. Se le dio a elegir el género de muerte y él escogió la de Sócrates. A la puesta del sol, bebió la cicuta reconfortado por las palabras de sus discípulo Leucipo: “Si hacer sonar en falso una palabra tuya, si ver donde no viste, hemos de entender que sea vencerte, por ése, por quien te venza con honor en nosotros”

Bibliografía:

Rodolfo H. Taragano: Argentina Siglo XXI, Editorial Sudamericana- Planeta, Buenos Aires, 1985

Jaime Bernstein, en Alfred Adler: El carácter neurótico, Editorial Paidós, Barcelona, 1984 (über den Nervösen Charakter, Munchen, 1912)

Rollo May: Fuentes de la violencia, Emecé Editores, Buenos Aires, 1974 (Power and Innocence. A Search for the Sources of Violence. Copyright, 1972 by Rollo May)

Heinz L. Ansbacher y Rowena R. Ansbacher: La psicología individual de Alfred Adler, Editorial Troquel, Buenos Aires, 1959 (The Individual Psychology of Alfred Adler).

Otto Rühle: El alma del niño proletario, Editorial Psique, Buenos Aires, 1969

Alberto Zurrón: El mito de la fealdad, Fundación Méjida, Oviedo, 2006

Antoine de Saint Exupery: Vuelo nocturno, Editorial Anaya, Madrid 1990 (Vol de nuit, Paris, 1932)

David Ausubel: Educational Psychology. A Cognitive view, Holt, Rinehart and Winston, New York, 1968

Michael Titze – Rolf Kühn: Lachen awishen Freude und Scham. Eine psychologissch-phänomenologische. Analyse der Gelotophobie, Könisghausen & Neumann, Würzburg, 2010

Phyllis Bottome: Alfred Adler, apóstol de la libertad, Luis Miracle Editor, Barcelona, 1952

Alfred Adler: Práctica y teoría de la psicología del individuo, Editorial Paidós, Buenos Aires, 1953 (Praxis und Theorie der Individual –Psychologie)

Alfred Adler: Comprender la vida, Ediciones Paidós Ibérica, Barcelona, 1997 (Understanding Life, Oneworld Publications, Oxfors, 1997)

José Enrique Rodó: Ariel, Editorial Kapeluz, Buenos Aires, 1966 [1900]