


# RAÍZ Y RIZOMA:

## UN INTENTO DE ESPACIO PARA EL AUTOCUIDADO EN PSICOTERAPIA

(Este título se ha modificado respecto al título original del trabajo que era: "Anatomía del cuidado para terapeutas: a propósito de una experiencia grupal")

Miriam Velázquez Bay, Ricardo Gallego Luis, Ignacio Blasco Barrientos, María Aguirre Fiuza, Arianna Laborda Obici, Amaya García Tejedor, Marina Láiz del Río, Natalia Harto Espinosa y Ana López-Sendón Nanin.

La siguiente comunicación, es la de una voz colectiva. Es la voz de un grupo de psicoterapeutas que se encuentran en la necesidad sentida y aceptada de apoyo entre iguales, a partir del reconocimiento de su vulnerabilidad, pero sobre todo de la potencia de lo colectivo compartido.

La tarea o el pretexto inicial del grupo a principios de marzo del año 2019 (en tiempos prepandemia) era la de desarrollar una especie de manual o colección de herramientas, no con la idea de crear un libro de recetas, sino con la necesidad de apelar en una voz grupal al "*dispositivo psicoanalítico*" de Foucault y convertirlo en una experiencia vivencial, para cuidar nuestra propia salud mental en servicio de nuestras consultas.

Nuestro más grande aprendizaje ha sido, que el encontrarnos, es la herramienta en sí misma y esta experiencia, es lo que nos gustaría compartir.

Nos gustaría compartir nuestro intento de espacio de autocuidado, insistiendo en la expresión "intento", porque lo entendemos desde la intención como una estructura en permanente construcción.

Nos gustaría presentarles nuestro Akelarre.

### *La Raíz (los orígenes del Akelarre)*

Nuestros encuentros comenzaron mensual y presencialmente con tres matices principales en mente:

El primer matiz, estaría puesto en la idea de aproximarnos a los encuentros desde la horizontalidad, de intentar permanecer siempre "novatos" y hacer extensible esta percepción al abordaje de cada paciente, pensando como piensa P. Fonagy que el perder

la curiosidad, nos aleja de nuestra capacidad de mentalizar. Es decir, alejándonos de nuestro propio narcicismo nos acercamos a aprender desde la posibilidad del error y nos atrevemos a compartir casos clínicos menos novelados, menos perfectos, más reales. Esta idea de horizontalidad radica en posicionarse lejos del saber y encontrarse con otras colegas en el compartir. Sin jerarquías en nuestro encuentro.

Un segundo matiz, sería el hecho de que el encuentro promueve la iniciativa de la medicina y la psicología preventivas como *leitmotiv*. El hecho de hacer consciente nuestra vulnerabilidad, nuestra limitación y nuestra exposición a la enfermedad (lejos del endurecimiento profesional) nos obligue a funcionar dentro de rutinas saludables que progresivamente generen una tendencia tanto a ejercer en espacios saludables como al compromiso de la incorporación de estas rutinas preventivas.

El tercer matiz lo conectamos más con la renuncia del ejercicio profesional que con la práctica. Necesitamos conocer nuestros límites, necesitamos pedir ayuda, hacer equipos de trabajo, abandonar la soledad y la seguridad de la consulta y "salir a la calle". Poner en marcha dispositivos que nos enseñen a trabajar expuestas, pero sobre todo que nos enseñen a trabajar con otros.

Trabajamos en nuestros encuentros debajo del paraguas de estos tres matices siguiendo las ideas de Winnicott, sobre espacios transicionales y zona intermedia, es decir, una experiencia lúdica y creativa compartida y co-construida en un contexto de intersubjetividad donde lo transicional nos permite enlazar lo externo con lo interno, el narcisismo con la necesidad del otro, las dudas y las certezas, la dependencia y la independencia, la razón y la pasión.

Podríamos decir, que el único elemento fijo de nuestro encuadre es la confidencialidad. Dentro de la que podríamos narrar experiencias que nos pasaban a todas, pero que no eran propiedad de ninguna. Nos despojamos de nuestros trajes hechos por las diferentes instituciones, por los antiguos maestros, por los guiones prestablecidos, por las formaciones recibidas, por los gremios, las geografías y los géneros de donde veníamos y nos dimos el permiso de conectar con la necesidad vincular, pluralizando el anonimato, resignificando a modo de "lo sabido no pensado" de Bollas eso que libera

escuchar de otras personas lo que tu estas sintiendo, sin haberlo nombrado, en donde al final todos, estamos sintiendo lo mismo.

A raíz de la pandemia, nuestros encuentros, pasaron de ser presenciales, una vez al mes, a ser virtuales, cada quince días desde el inicio del confinamiento, por pura necesidad colectiva. Dando vida a los tres matices antes descritos y activando todas esas dimensiones del cuidado, del hacer equipo, del apoyo, la contención e incluso la descarga y el humor, que sin duda hicieron de la realidad distópica y enloquecedora que vivíamos un tránsito más amable y en nuestros encuentros sabíamos que teníamos una idea en mente: sostenernos entre nosotros para poder seguir acompañando a nuestras pacientes.

Nos hicimos de guía, alumbrándonos el mismo oscuro camino, de la mano, sirviéndonos de testigos, sin saber por dónde había que ir, pero yendo. En ese nexo con la realidad, comprendimos que cuando todas las certezas fallan, sin lugar a duda, lo único que nos sostiene es el vínculo.

La matriz relacional que constituye Akelarre, fue puesta a prueba durante la pandemia y demostró su eficacia, su capacidad de contención y su buena flotabilidad en aguas turbulentas. Constituye parte de nuestra historia y está muy presente en nuestros encuentros.

Por ello es significativo que pensemos en la intensidad de nuestras vivencias como terapeutas en colectivo, de la emoción a flor de piel, el hartazgo, la impotencia, la sorpresa, la ilusión, la esperanza, la ira, la fragilidad. La lucha entre nuestra subjetividad y el despliegue de las otras subjetividades que buscan desde diferentes prismas, y ¿todo esto como lo metabolizamos? casi siempre en soledad. En la paradoja de estar tan cerca y a la vez tan lejos del otro.

Nuestro Akelarre ocupa una parte privilegiada dentro de nuestro coro interno, como diría Sandra Buechler, más o menos presente, siempre está cuando se le invoca o se auto invoca para recordarnos que la soledad del terapeuta es inevitable, pero puede hacerse más llevadera, productiva y tolerable. Nos recuerda que no somos ancianos sabios, que somos humanos imperfectos y llenos de vacíos y que en la intervención la tarea es mantener vivas la curiosidad y la duda.

Antes, describíamos la raíz del Akelarre, sus orígenes, los matices con los que inicialmente nos encontramos, la pandemia que atravesamos juntos y el bálsamo que es para nuestra soledad como terapeutas con la meta en mente del autocuidado. Ahora nos gustaría compartirles un poco de nuestro crecimiento.

Así como en este espacio (que agradecemos ampliamente) para compartir nuestra experiencia y nuestras ideas, lo hemos hecho en otros espacios de encuentro para psicoterapeutas.

En ese ejercicio de exposición que nos nutre y nos confronta, una persona nos advirtió de los peligros que amenazan esta estructura grupal, básicamente el conflicto mal gestionado y la desintegración.

Este comentario nos hizo reflexionar y enunciar un primer principio de "comunicación abierta" para la confrontación no paternalista de los conflictos presentes y futuros. Creamos un principio, no una regla, un principio que sea capaz de flexibilizarse y autorregularse, no una regla, rígida y ortodoxa, en donde no se permitan líneas de fuga.

Otro de los efectos de ese cuestionamiento fue el encontrar en el concepto de Rizoma o pensamiento Rizomático de Deleuxe y Guettari un funcionamiento homologo a lo que sucede dentro de nuestros encuentros en la línea de poder transmitirlo a otros iguales.

Quizá sea una obviedad apuntar que nuestro interés es vincular. Es poder, poner palabras a esto que experimentamos que estamos convencidos que es nutritivo.

Rizoma "es un sistema a central, no jerárquico, no significante, sin género, sin memoria organizadora o autómata central" y el Akelarre es como el rizoma, es un mapa, que no pretende calcar lo ya existente, lo de afuera. No somos un grupo de supervisión, no somos un grupo formativo, no somos una clínica, no somos sujeto ni objeto.

El Akelarre, construye y se construye a sí mismo, como un aprendizaje, como un experimento, como un intento.

En donde la estructura del conocimiento se elabora simultáneamente desde todos los puntos, bajo la influencia y la generosidad recíproca de las distintas observaciones, desde miradas completamente diferentes (todos somos hijos de nuestra madre y nuestro padre).

Un ejemplo de esto es precisamente el modo en el que se elaboró ese primer principio, co-creado, mutable, mutante, abierto, sin embargo, basado en una línea de solidez, de argumentos genuinos, pensados y ordenados.

Las raíces que nos unen, nos gustaría imaginarlas como una estructura rizomática, con sus líneas de fuga, como una estructura arbórea. Esto es, que podamos conectar las raíces originales sin prejuicio de hacer que sirvan para nuevos usos extraños. En palabras de Deleuze, guiarnos por el principio de ruptura significante, en el que un rizoma puede ser interrumpido en cualquier parte, pero siempre recomienza, no cesa de construirse.

En ese homologar de pensamiento, nos encontramos, con que los principios básicos del pensamiento rizomático, coinciden con la gestación y ahora la evolución del grupo:

a) Conexión. En este primer momento pandémico.
b) Heterogeneidad. Con la alianza y la confianza descubrimos nuestras diferencias.
c) Multiplicidad. En el intento de crecer, generando brotes, como el que aquí se refleja, de la experiencia anterior, que nos llevó a todos, a ampliar nuestros pensamientos.

Silvia Bleichmar en su artículo “El legado del psicoanálisis” escribe: “El psicoanálisis corre el riesgo de sucumbir, no en razón de la fuerza de sus oponentes sino implosionado por sus propias contradicciones internas ante la imposibilidad de abandonar los elementos obsoletos y realizar un ejercicio de recomposición de la dosis de verdad interna que posee; este trabajo no puede realizarse sin una depuración al máximo de los elementos enunciados de base y un ejercicio de tolerancia al dolor de desprenderse de nociones que nos han acompañado tal vez más de lo necesario, quedamos adheridas no solo a las viejas respuestas sino a las antiguas preguntas que hoy devienen un lastre que paraliza nuestra marcha”.

Todo dogma comienza con estructura y fuerza, para posteriormente consumirse dentro su propio discurso y terminar fragmentándose por no poder tolerar la diferencia y la idea del grupo es la idea de vivir un futuro integrado. Repensando en las

fragmentaciones de los discursos, reflexionamos sobre nuestra incapacidad para escuchar esas otras voces, desde un lugar no defensivo e integrativo, entendiendo que hemos integrado limites que nos estructuran, pero que no deberían de cancelar la posibilidad de retomar el ejercicio de dialogar con esos otros, ajenos.

No sabemos cuáles son esos sujetos que van a venir a nuestras consultas, haciendo alusión a la subjetividad que emergerá en el futuro, y pensando siempre que somos parte de esas camadas en transición producto de la realidad cambiante, líquida, tecnologizada y a través de la experiencia reconocer la necesidad de diferenciarnos de esos antiguos maestros que para pertenecer se tuvieron que fragmentar, posteriormente a nominarse ortodoxos, Junguianos, Kleinianos, Lacanianos, relacionales, etc., etc., quizás el futuro está en aprender a integrarnos y tolerar las diferencias, y dejar de defender nuestras férreas identidades para volver a pensarnos como seres humanos que escuchan a seres humanos.

La idea de salirse de la especialización, es la idea de salirse de la productividad y la hiper productividad, bajo el engaño de que somos nosotros mismos la herramienta para la intervención. El no pensarnos como entes sufrientes es revivirnos desde un modelo androcéntrico. Somos seres que estamos tratando de pensar en el mundo desde un lugar más amplio. No nos interesa exclusivamente el psicoanálisis, la biología, la antropología, la neurociencia, la filosofía, nos interesan todas. No nos interesa la exclusividad, sino la inclusividad. Lo fundamental es producir inconsciente, y con él, nuevos enunciados, otros deseos.

Reconocemos entre nosotras la preocupación de poder entender y atender a un ser humano distinto que emerge, con cambios en sus órdenes tecnológicos, científicos, sociales y políticos, pero sobre todo con los cambios en su subjetividad. Una subjetividad robotizada, maquinizada, guiada por el principio del placer y la inmediatez. Medicalizada. Con grandes dificultades para comprometerse y vincular.

Reconocemos que nosotros mismos somos estos sujetos.

Referencias bibliográficas

Bleichmar, S. (2007). El legado del Psicoanálisis. En E. Carpintero (Ed.), Un psicoanalista en el 2050 (pp. 93-105). Topía Editorial

Bollas, C. (2010). La Sombra Del Objeto. Psicoanálisis de Lo Sabido No Pensado. Amorrortu

Buechler, S. (2015). Marcando la diferencia en la vida de los pacientes. La experiencia emocional en el ámbito terapéutico. Ágora Relacional

Buechler, S. (2018). Valores de la clínica. Emociones que guían el tratamiento psicoanalítico. Ágora Relacional

Deleuze, G., y Guatari, F. (1977). Rizoma: Introducción. Editorial Pre-textos

Fonagy, P. (1991). Thinking about thinking: some clinical a theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. International Journal of Psychoanalysis, 72(4), 639–656

Fonagy, P., y Target, M. (1996). Playing with reality: I. Theory of mind and the normal development of psychic reality. International Journal of Psychoanalysis, 77(2), 217-233

Foucault, M. (1977). Historia de la sexualidad 1: La voluntad de saber. Siglo XXI. Foucault, M. (2008). Las palabras y las cosas: una arqueología de las ciencias. Siglo XXI.

Rilke, R. M. (1993). Cartas a un joven poeta. Alianza Editorial

Winnicott, D. (5 de diciembre de 1959). El destino del objeto transicional. [Conferencia]. Conferencia de la Asociación de Psicología y Psiquiatría Infantil, Glasgow.

Winnicott, D. (1989). Transitional Objects and Transitional Phenomena. En Playing and Reality (pp. 1-25). Routledge

Yalom, I. (2006). El don de la terapia: carta abierta a una nueva generación de terapeutas y sus pacientes. Destino