

Creatividad en la Poesía y en el Psicoanálisis¹

Sandra Buechler, Ph.D.²

New York, USA

Este trabajo desarrolla tres temas principales: Como lo extraño se hace familiar en la poesía y el psicoanálisis; cómo lo familiar se hace extraño; y finalmente cómo pueden ser evocados momentos de transformación a través de la creatividad que puede vivirse con la poesía y el psicoanálisis.

Palabras clave: Creatividad, Poesía, Psicoanálisis

This paper focuses on three main topics: Making the Strange Familiar in Poetry and Psychoanalysis; Making the Familiar Strange; and finally on how can be evoked Transformative Moments through Creativity lived both in Poetry and Psychoanalysis

Key Words: Poetry, Psychoanalysis, Creativity

English Title: Poetic and Psychoanalytic Creativity

Cita bibliográfica / Reference citation:

Buechler, S. (2016). Creatividad en la Poesía y en el Psicoanálisis. *Clínica e Investigación Relacional*, 10 (3): 763-769. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info]

DOI: 10.21110/19882939.2016.100311

¹ Leído en la Conferencia de IARPP en Roma, June 12, 2016: THE ARTS OF TIME. RELATIONAL PSYCHOANALYSIS AND FORMS OF VITALITY IN CLINICAL PROCESS. Traducción castellana del original inglés a cargo de Andrea Iturriaga Medrano.

² Psicoanalista, es Analista Didacta y Supervisora en el *William Alanson White Institute*. Es asimismo supervisora en el Programa postdoctoral y de Residentes del *Columbia Presbyterian Hospital*, así como en el *Institute for Contemporary Psychotherapy*. Entre sus obras: *Valores de la Clínica: Emociones que guían el tratamiento psicoanalítico* (2004); *Marcando la diferencia en las vidas de los pacientes: Experiencia emocional en el ámbito terapéutico* (2008); *Permanezco ejerciendo: Las alegrías y angustias de una carrera clínica* (2012); y *Comprendiendo y tratando pacientes en Psicoanálisis Clínico: Lecciones desde la Literatura* (2015).

A continuación os presento cómo el poeta y crítico literario Edward Hirsch (1999, p. 260) describe el proceso creativo entre poeta y lector. Os invito a comparar su descripción con el proceso interpersonal entre analista y paciente, el cual conforma el significado de una interpretación dentro en terapia.

Juntos damos un significado, lidiamos con aquello que leemos y replicamos, y en este proceso llegamos con más plenitud a ser nosotros mismos. Activamos el poema en nuestro interior al involucrarnos intensamente con él, acercándolo a nuestras vidas, a nuestros recuerdos asociativos, a nuestras historias del pasado, a nuestro vocabulario, permitiendo que su música verbal impregne nuestros cuerpos y cale en nuestras mentes, descubriendo su patrón emergente, participando del eco que es la historia de la poesía, y especialmente, escuchando y prestando atención. La atención es el rezo natural del alma. (Itálicas de la autora)

Al igual que una buena interpretación, el verso de una poesía evoca más de lo que dice. Pero, ¿cómo el poeta y el lector, juntos, crean un verso? Y, ¿cómo el estudio de este proceso mejora las habilidades interpretativas del clínico? En este trabajo analizo los procesos en los que se transforma en desconocido lo familiar y en familiar lo desconocido, ambos aspectos característicos tanto del proceso poético como del psicoanalítico. Sugiero que estudiar poesía podría ser una de las formas de cultivar la capacidad del clínico de encontrar semejanzas en aquello que parece contrario, y diferencias en el material que parece incluso demasiado común como para cuestionarlo. De igual manera que el poeta, el psicoanalista lucha por encontrar aquellas palabras que pueden estimular nuevos entendimientos. Los poemas evocan experiencias vivenciales en el lector. Tomando una página de sus libros, considero que nosotros como analistas podríamos aprender de su habilidad para crear momentos transformadores.

Hacer Extraño lo Familiar en Poesía y en Psicoanálisis

Hace varios años, con la intención de mejorar como poetisa, tomé un curso sobre metáfora. Nos enseñaron que el poeta utiliza las palabras para "hacer desconocido lo familiar y familiar lo desconocido". Desde mi punto de vista esto significa que durante el curso del intercambio entre poeta y lector, aquello que en un primer momento resulta extraño podría sonarnos algo más familiar, y aquello que nos sonaba conocido podría adoptar nuevas cualidades. En mi opinión la interpretación analítica surge de una similar interrelación creativa entre analista y paciente. Lo extraño resulta conocido cuando los aspectos hasta el momento renegados del self consiguen mayor reconocimiento. Por ejemplo, normalmente mi paciente es muy colaboradora (con sus colegas de profesión, su

familia y conmigo en la terapia). “Colaboradora” es un rasgo con el que ella podría describirse. En cambio de vez en cuando tiene estallidos de ira disociada, y se comporta de maneras que le sorprenden a ella y a los que la rodean. Desde mi punto de vista, “hacer familiar lo desconocido” en este caso implica que en nuestra relación la paciente pueda comenzar a integrar sus estados del self hasta el momento tan contrarios, o “estar en el borde” según Bromberg (1998). Su estado del self consciente y colaborador es el “buen yo” del que habla Sullivan. Nuestra tarea en terapia es ampliar lo que ella conoce acerca de sí misma, incluir su “extraña” ira junto con sus cualidades más familiares y colaboradoras.

Elizabeth Bishop nos propone un texto acerca de hacer extraño lo familiar en su poema “En la sala de espera” (En Seiden, p. 23-25). El poema está escrito desde el punto de vista de una niña de siete años, la cual espera a que su tía salga de la consulta del dentista. Para pasar el tiempo ella lee un artículo de la revista National Geographic. Todo es normal hasta que:

De pronto, desde el interior,
se oye un oh! de dolor
-- es la voz de tía Consuelo –
no muy alto ni prolongado
no me sorprendí en absoluto;
incluso sabiendo en ese momento
la mujer tímida e ingenua que ella era.
Podría haber sentido vergüenza,
pero no fue así. Lo que me
sorprendió por completo
fue que había sido yo;
mi voz en mi propia boca.
Sin pensarlo para nada
yo era la ingenua de mi tía,
yo – nosotras – estábamos cayendo, cayendo
nuestros ojos pegados en la portada
del National Geographic,
Febrero, 1918.

La niña está asombrada, desconcertada ante la idea de sus semejanzas con su tía, ante la mujer desnuda en la fotografía del National Geographic, y ante todos los seres humanos

vulnerables. Por unos instantes, no puede retener quién es y dónde está. Ella encuentra la situación como completamente extraña, y sin embargo, cierta.

En su hermoso trabajo Seiden (p. 26) indica lo siguiente: "Preparada o no, la niña está camino de ser una mujer adulta, al igual que "ellas", al igual que el resto de mujeres. " Yo añadiría que la niña lucha por integrar su aceptable y ya conocido "yo" con nuevas, desconocidas e inaceptables experiencias del self.

La interpretación analítica podría relacionar el self de la sala de espera, el self de tía Consuelo, y el self de National Geographic. Igual que el poeta, nosotros podremos organizar un encuentro y hacer las presentaciones. Podremos emplear palabras para traerlos a todos a la misma pantalla, por así decirlo. Al igual que mi paciente colaboradora necesitaba conocer a su self enfurecido, la niña de Bishop en la sala de espera necesita encontrarse a sí misma en un sollozo de dolor por su tía, por la mujer desnuda y por todos aquellos que sufren.

Hacer Familiar lo Extraño

En terapia, "hacer familiar lo extraño" implica hacer hincapié en supuestos que están tan arraigados que incluso nunca han sido atendidos. Por ejemplo, una paciente describe la muerte de su querida abuela cuando ella era aún una adolescente. Yo me pregunto por qué no fue al funeral. Ella nunca se ha preguntado (tampoco a nadie) esta cuestión. Así es como un suceso muy familiar adquiere nuevos y "extraños" matices. De manera similar, en algunas ocasiones los pacientes me señalan mis propios supuestos, inadvertidos para mí, cuando por ejemplo yo asumo que un paciente se siente intimidado cuando no ha dado su opinión en una reunión cargada de conflictos. Él evocó mi propia reflexión al preguntarme, "¿cómo sabes que yo querría haber hablado?"

Pienso en la frase que Levenson repetía muy a menudo que decía que "el último en conocer el agua es el pez." Como seres humanos no podemos siempre darnos cuenta de las suposiciones que asumimos. Si nuestra propia experiencia nos ha mostrado que la vida es muy frágil, puede que incluso no sepamos que vivimos bajo dicha premisa. No pondremos en cuestión esta creencia ni nos preguntamos si existen o no otras maneras de experimentar la vida. Hacer de lo familiar algo extraño es abrir la ventana a nuevas posibilidades. En el mejor de los casos, la terapia y la poesía abren ventanas a nuevas experiencias.

Por ejemplo, en su poema "Cuando llega la muerte" (en "The Art of Losing: Poems of Grief and Healing," Ed. Kevin Young, 2010, New York: Bloomsbury, USA, p. 269-270) Mary Oliver

nos reta a repensar la mortalidad. Su poema me recuerda al juego de niños "Etch a Sketch", en el cual se escribía en una pantalla y al moverla, la escritura desaparecía. De un modo similar, en su poema Oliver evoca una imagen de la muerte, la deshecha y crea otra distinta.

Cuando llega la muerte
como un oso hambriento en otoño;
cuando llega la muerte y coge todas las monedas brillantes de su bolso
para comprarme, y cierra el bolso de un golpe;
cuando llega la muerte
como la varicela;
cuando llega la muerte
como un iceberg entre los omóplatos,
quiero cruzar la puerta llena de curiosidad, preguntándome;
¿cómo va a ser esa enorme casa de oscuridad?

Por ello contemplo todo
como una fraternidad y una hermandad,
y considero el tiempo como una simple idea,
y considero la eternidad como otra posibilidad,

y pienso en cada vida como una flor, como iguales
como un campo de margaritas, y como singular,
y cada nombre como una agradable música en la boca,
tendiendo, como toda música hace, hacia el silencio,
y cada cuerpo un león valiente, y algo
valioso para la tierra.

Cuando todo acabe, quiero decir: toda mi vida
he sido una novia casada con el asombro.
He sido el novio, tomando el mundo en mis manos.
Cuando todo acabe, no quiero preguntarme
si he hecho de mi vida algo especial y real.
Y no quiero encontrarme a mí misma susurrando y asustada,
o rodeada de conflicto.
No quiero acabar simplemente habiendo visitado el mundo.

Al familiarizarme con otras maneras de pensar, Moore me llevó a confrontarme conmigo misma. Hasta el momento no me había dado cuenta de mi propia asociación entre oscuridad y abatimiento, hasta que escuché lo que ella había leído entre líneas. No sabía que su tela tejida pudiera existir. Según su pensamiento, mi vida es valiosa y singular pero también común y corriente. Ella siente tanta curiosidad por cómo será la muerte como un adolescente puede sentir por la adultez. Con sus brazos totalmente abiertos ella agarra el mundo en un abrazo cargado de curiosidad. Al hacer esto, me deja ver mis propias limitaciones. Al escucharla, las descubro yo por mí misma.

La Evocación de Momentos Transformadores

Esto nos acerca al último tema que quería tratar, la forma en que la poesía y la interpretación pueden transformar mágicamente la vida.

... Tratando de aprender a usar las palabras, y cada intento es un nuevo comienzo, y un tipo de fallo diferente ya que cada uno solamente ha aprendido a coger lo mejor de las palabras para lo que ya no se quiere volver a decir, o la forma en que uno no ya está dispuesto a volver a decirlo. Así que cada atrevimiento es un nuevo comienzo, una incursión en lo inarticulado con una equipación desgastada siempre deteriorada en el desorden general de la imprecisión de los sentimientos, escuadrón indisciplinado de las emociones.

Cada sesión de una terapia es una incursión en lo inarticulado, muy a menudo con palabras imprecisas que tratan de acceder a sentimientos aún no formulados. Al igual que el poeta, nosotros tratamos de "coger lo mejor de las palabras". En el mejor de los casos, las palabras del paciente y del analista transformaran una experiencia. Y al igual que los psicoanalistas, los poetas hacen más que simplemente describir o explicar. Hacemos magia. La palabra crea algo vivo de la relación entre dos personas, al igual que otros milagros del nacimiento.

El poeta, el lector, el analista y el paciente en ocasiones experimentan un momento inesperado en que les cambia la vida. Es el trabajo del poeta y del analista el encontrar aquellas palabras que faciliten estos potenciales saltos transformadores.

Los momentos vividos de cambio repentino han sido llamados de diferentes maneras. En psicoanálisis se les podría denominar como "momentos ahora". Hirsch (1999, p.227) nos dice que Wordsworth se refería a ellos como "espacios de tiempo", Virginia Wolf los llamaba "momentos de vida" y para Harold Bloom son "cruces poéticos". Haciendo

referencia a la aparición de estos momentos en el trabajo de James Joyce, Hirsch los describe como “una manifestación o revelación repentina cargada de significado espiritual, un insight o una revelación de la verdad en un lugar ya conocido, una modalidad perceptiva psicológica y literaria.” Más adelante (p. 242) continúa diciendo “El momento epifánico siempre señala un punto crítico en el trabajo, una experiencia que supera el umbral. Uno puede darse de cuan habitual y rudimentario éste es activado por la palabra de repente. Se trata de un momento de iluminación que señala un punto de inflexión dramático para el protagonista. El cambio ha sido interiorizado; y bajo la presión del insight el paisaje mental se modifica irremediamente. Estos momentos son “visionarios”; esto quiere decir que marcan la transición desde un nivel de experiencia a otro.”

¿Cómo puede el poeta facilitar estos momentos? y, como analistas, ¿qué podemos aprender nosotros de todo esto? Hace ya muchos años traté en una clínica ambulatoria a un joven al que llamaré John, tras haber sido dado de alta del hospital público. John presentaba una historia de profundo abandono con matices de rigidez. La vida de John estaba plagada de rituales. Se aseguraba de no estar demasiado cómodo durmiendo, poniendo la alarma para que sonara cada varias horas. Se frenaba a sí mismo de disfrutar al lavarse el pelo, usando agua fría para ducharse.

Trabajé con John cuando yo era poco más mayor que él. Era mi primer cargo profesional, yo aún estaba en la universidad. Verdaderamente no tenía ni idea de cómo ayudarlo. Pero al contarme él una situación, en su árido tono sin emoción pude entonces suponer cómo había podido sentirse. Sentí el afecto que faltaba.

Tras varios años de tratamiento, John comenzó a contarme algo que había ocurrido con la frase, “Tú me diría que me estoy sintiendo (nervioso o enfadado, no puedo recordar cuál de los dos)” Me conmocioné al escuchar esto, sabiendo que de alguna manera esto era un progreso. Ahora diría también que esto fue semejante a la poesía. Esto marcó un cambio y a la vez creó un cambio. Esto puso de manifiesto la creciente conciencia de John respecto a que yo era una persona diferente, con mi propia subjetividad. Pero las palabras también fueron hacia delante acercándose a la creación de un “nosotros”. Entendimos que yo había aportado afecto cargado de palabras.

Aquel fue un momento mágico para mí, creo que de alguna manera fue el momento en el que me convertí en clínica. Comprendí cuánto importaban las palabras y cómo ellas pueden de hecho cambiar la realidad. Para mis oídos, las palabras de John fueron poesía.

Original recibido con fecha: 23-6-2016

Revisado: 5-10-2016

Aceptado: 31-10-2016