

EL ARTE EN LOS PROCESOS DE TRANSFORMACIÓN DEL SELF. LIENZOS ONÍRICOS¹

Karen Ibarra Zazueta

La experiencia de encuentro en la relación analítica abre la posibilidad de transformación, tanto los sueños como las producciones artísticas de pacientes son elementos que junto con sus expresiones preverbales posibilitan la comunicación profunda entre paciente y analista, se abre un espacio a la intersubjetividad. Estos elementos toman una especial relevancia cuando existen conflictos internos en los pacientes en donde se han experimentado vínculos agresivos, cosificantes, que se convierten en una dinámica interna en donde el verdadero self se encuentra enclaustrado internamente.

Palabras clave: Sueños, producciones artísticas, relación terapéutica, transformación.

The meeting experience in the analytic relationship opens up the possibility of transformation, both the dreams and the artistic productions of patients are elements that, together with their pre-verbal expressions, enable deep communication between patient and analyst, opening up a space for intersubjectivity. These elements take on special relevance when there are internal conflicts in which aggressive, reifying links have been experienced, which become an internal dynamic in which the true self is internally cloistered.

Key Words: Dreams, artistic productions, therapeutic relationship, transformation.

English Title: ART IN THE PROCESSES OF TRANSFORMATION OF THE SELF. DREAM CANVASES

Cita bibliográfica / Reference citation:

Ibarra Zazueta, K. (2022). El arte en los procesos de transformación del Self. Lienzos oníricos.

Clínica e Investigación Relacional, 16 (2): 527-533. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info]

DOI: 10.21110/19882939.2022.160211

¹ Este trabajo se presentó en una conferencia vía zoom organizada por IARPP México junto a Hogar Relacional, (Barcelona) el 12 de febrero del 2022.

Los sueños están llenos de símbolos inconscientes, son lienzos oníricos que dan apertura a la intimidad en la relación terapéutica, nutriendo el intercambio intersubjetivo entre paciente y analista. Considero que, en el espacio terapéutico, nos contactamos con lienzos oníricos de los pacientes, algunas personas desarrollan expresiones artísticas, lienzos reales, que cristalizan elementos de su inconsciente en donde se plasman aspectos de su mundo interno el cual está compuesto de experiencias, afectos, la relación consigo mismos, representaciones de la relación terapéutica. Al compartirlos y trabajar con la subjetividad expresada se posibilita el cambio psíquico. Con estas imágenes, se abren compuertas de comunicación profunda, al vivenciarlas juntos, terapeutas y pacientes navegamos en terrenos intersubjetivos que se materializan en relación, los cuales se vuelven encuentros que contribuyen al trabajo terapéutico que ocupa al analista.

Me enfocaré a abordar el fenómeno que se da en las experiencias terapéuticas con personas que han vivido relaciones de violencia, en donde, metafóricamente hablando, se guardan gritos ahogados de expresión del dolor experimentado, la rabia y la frustración, la sensación de impotencia, y desde luego la comunicación de su cariño y la experiencia de constatar su propio pensamiento, sentimientos, su sí mismo el cual queda en una sensación de claustro interno. Trataré de expresar de que forma la comunicación de los sueños y producciones artísticas en la relación terapéutica abren la posibilidad de integración de las experiencias afectivas profundas en las personas. En esa relación y comunicación se valida la experiencia ya que se da un espacio para la experiencia subjetiva del paciente, misma que es la antesala de la individualidad, en otras palabras, se promueve la integración del self del paciente, porque el grito de expresión es escuchado; también en el terapeuta se propician cambios en su mundo interno al nutrirse, ya que se vive una expansión de la experiencia afectiva a su vez.

En mi práctica clínica he tenido la experiencia que acudan a mi consulta personas que han vivido historias cargadas de agresión, relatan recuerdos en donde las huellas de sus vivencias internas se representan en imágenes de abandono, golpes físicos, transgresión a su intimidad, no solo significan golpes directos a sus cuerpos, sino vivir una exigencia de hacer cosas para las que no están listos, como por ejemplo, experiencias infantiles en donde se pueden escuchar relatos de soledad e incomunicación afectiva, recuerdos de críticas hacia sus cuerpos, de su color de piel, situaciones en donde no se respeta el tiempo y el pensamiento del otro, sus intereses y forma de percibir el mundo. Vivieron una transgresión por la auto exigencia que implica para la persona, teniendo como resultado una experiencia interna de que la expresión de sus afectos, pensamientos, la expresión de su deseo y comunión con los demás se coarta al entrar en relación con otra persona. Esta dinámica se

internaliza y se vuelve propia al estar conviviendo con una esclavitud cosificante hacia sí mismos.

Como menciona Jessica Benjamin (1996), la dinámica de las relaciones en donde hay un amo y un esclavo, se sostiene debido a que para las dos personas que se vinculan surgen dificultades para contactar con su esencia, con la validación y libertad de expresión de su propio ser y sentir, coexisten de forma profunda sensaciones de miedo a la separación y al abandono, así como una dificultad para expresar su propio deseo. Como resultado de esta dinámica se obstruye la identificación de sus propios afectos, de su sentido de vida, su individualidad, incluso de su pensamiento, y capacidad de agencia. Lo que resulta entonces, es una dinámica interna de ser el verdugo de sí mismos al tratarse sádicamente, de forma cosificante, que es lo que caracteriza esta dinámica que se despliega en relaciones de pareja agresivas, que, sin embargo, en el fondo es la relación esclavizante consigo mismo lo que se sufre.

Es así que el trabajo terapéutico consiste en dar espacio para la expresión y el descubrimiento del verdadero self, ya que sostener una relación en donde el vínculo sea agresivo, salva a la persona de la sensación de soledad y vacío, pero con el sacrificio, por la cualidad de los vínculos experimentado en la vida, del contacto y expresión de su mundo subjetivo.

Estoy hablando de un fenómeno psíquico que me ha conmovido profundamente, debido a los montos de dolor tan alto que se experimenta, la sensación de incertidumbre que he podido vivir ante la necesidad de vincularnos y comunicarnos, y a su vez una sensación de dificultad de acercamiento entre nosotros, porque existe en el ser humano que ha vivido dinámicas de este tipo, una sensación de desconfianza muy antigua, incluso un registro de abuso transgeneracional, resultando un acertijo afectivo que tratamos de resolver en conjunto, ya que ambos experimentamos estos escenarios internos; como terapeuta siempre con una mirada de que nuestra relación pueda propiciar un cambio en la vida de la persona que acude a consulta.

Cuando personas que han experimentado estos laberintos afectivos buscan un espacio terapéutico, he registrado una sensación en ellos de caer al vacío, hemos podido hablar de estas sensaciones a través de contenidos de su lienzo onírico y en casos de pacientes que tienen afinidad por actividades artísticas, mediante sus creaciones ya sea en dibujo, pintura, o cualquier medio de expresión de esta índole. Los lienzos oníricos que se transforman en lienzos reales, y que se exponen en el espacio terapéutico, tienen la misma intención de aperturar una comunicación profunda, de nutrir la intimidad y la comunicación entre nosotros, en donde esta expresión se vuelve una compuerta que abre una dimensión de

comunicación preverbal e intersubjetiva que va más allá de las palabras, así como otras expresiones preverbales dentro del *setting* terapéutico.

Generalmente la ruptura temporal con “el verdugo interno”, deja a las personas en una sensación de caos, angustia intensa, incluso de fragmentación, que en ocasiones las llevan a vivir situaciones muy dolorosas y de riesgo. Como si la agresión fuera su compañera inseparable.

El resultado de transgresiones tempranas es lo que Fonagy y otros (2016), llaman petrificación epistémica, lo cual significa que la confiabilidad epistémica, que se refiere al proceso de obtener afectos positivos y beneficios del entorno social, está petrificada. La confiabilidad epistémica se afecta por abusos, negligencia, pero principalmente por abuso emocional, y alteraciones importantes en la comunicación, de forma que el individuo no confía en las personas y en los contactos sociales en general, lo cual se cristaliza en rigidez y dificultad de transformación. Si no existe una experiencia relacional que reactive esa confianza en sus pensamientos, de la validación de su propia existencia, de su humanidad, si no se acepta el contacto afectivo, la rigidez permanecerá. Esta rigidez no se puede concebir como falta de interés, al contrario, existe una necesidad de validación de la existencia.

La persona lastimada a tal grado siente que el aspecto de la confianza social, el confiar en el otro y creer, sentir que se encuentra en un espacio seguro en términos de vínculo resulta difícil de asimilar. Por este fenómeno, mencionan estos autores, que en los procesos terapéuticos que implica contactar con tanto dolor, no se puede ver un cambio si no se considera este aspecto, ya que podemos estar dos personas en un consultorio, en donde si la una no confía en la otra, podríamos estar hablando años, sin que nuestra comunicación sea significativa y propicie la transformación emocional. Es así como el cambio reside en el encuentro, y la confianza se restablece en la medida que se sienta y se viva una relación terapéutica sensible, honesta y genuina en términos afectivos y profesionales.

Los pacientes nos comunican de forma directa sus experiencias, pero muchas veces de forma preverbal y en actos, el dolor y la desconfianza que experimentan de fondo. La fase inicial de tratamiento, en donde se dan llamadas de emergencia, conductas de riesgo, intermitencias en el tratamiento, retraimiento ante la sensación de acercamiento, lo concibo como un periodo de prueba para el analista, que hay que estar dispuesto a superar con la finalidad de restaurar la posibilidad de confiar y así que sobreviva la relación terapéutica.

Es por esta razón que en este escrito intento enfatizar la trascendencia que tiene el escuchar y lo valiosa que es la disposición de las personas para comunicarnos sus sueños y sus producciones artísticas como apertura para confiarnos su ambiente afectivo interno más profundo y trabajar terapéuticamente con ello, abriendo paso al intercambio intersubjetivo

en la relación, lo que posibilita un proceso humanizante, dejar de ser cosa, experimentar que se puede coexistir en la diferencia, así como un rico espacio en la subjetividad del paciente, para que llegue a contactar con sus genuinas necesidades y poder ser congruente con ellas en la medida de las posibilidades.

Es momento de transmitirles experiencias clínicas que pueden ilustrar los intercambios intersubjetivos, que desde mi perspectiva he experimentado.

Una de mis pacientes y yo, nos conocimos en un momento de su vida, en donde después de muchos años de búsqueda en terapia previa a este nuevo espacio, continuaba tratando de resolver un acertijo emocional histórico inconsciente que la llevaba a situarse en un círculo de agresión en sus relaciones de pareja que sin darse cuenta volvía a experimentar. El arte en algunas de sus diversas disciplinas resulta para ella una vía de expresión íntima de su mundo interno, es un lenguaje que además de ser una ventana de expresión es un escenario de descubrimientos afectivos profundos compartidos ahora en este espacio terapéutico que junto con sus sueños abrió la posibilidad de transformación.

En cuanto a nuestra relación terapéutica en un primer momento hubo un periodo en donde se trabajó para sintonizarnos afectivamente en la relación, ya que como en toda melodía metafóricamente hablando del proceso terapéutico, existen momentos de distonía afectiva que surgen y que necesitábamos comprender para armonizar. Los momentos distónicos por así llamarlos y en un intento de verbalizarlos, se daban al sentir que de forma implícita había momentos de cierta distancia, intermitencias en nuestros encuentros, aunque simultáneamente había una sensación de interés por continuar con la relación. Cuando la melodía fluía de formas cada vez más armónicas, fue a partir del relato sus sueños y traer al espacio analítico uno de los dibujos que realizó, en donde claramente expresaba el dolor profundo que estaba viviendo y la sensación de perderse en el espacio sin posibilidad de sostenerse en el mundo. Fuimos vinculándonos cada vez de formas más profundas y estables a partir de estos encuentros. Un evento que me estremeció fue que tras una intermitencia en el tratamiento de aproximadamente tres meses, y yo sintiendo la incertidumbre de si retomaría su espacio, comencé a trabajar y pensar en esta pausa en lo que yo comprendía como un círculo de agresión, una dinámica interna que se presentaba en ella, encontrando un símbolo llamado Uroboros para describir lo que yo concebía como un *loop* eterno, como un ciclo sin fin que vivía en torno a la agresión.

Uroboros es una serpiente que se come a sí misma que simboliza un movimiento continuo como el tiempo, la vida, lo retomé para ejemplificar el círculo de agresión que se siente como un continuo sin fin en ciertos momentos. Pensé en ella y en este símbolo para describir este ciclo que intentábamos modificar, que en lugar de un círculo vicioso como el que estaba

viviendo, se transformara en un círculo virtuoso, lo cual significaba para mi encontrar una forma de que su creatividad, su autocuidado, su expresión afectiva conectada con ella misma, que encontrar el sentido de sus experiencias, fuera un gradual y continuo movimiento interno en expansión.

Aproximadamente después de quince días de encontrar este símbolo y escribir sobre ello, mi paciente me llama para regresar a tratamiento y lo primero que me platica es un sueño. El sueño se trataba de que una serpiente se le enredaba en el brazo y que no se la podía quitar, lo cual asoció con una relación agresiva que estableció en ese momento y de la cual sentía que no se podía soltar. Al escuchar ese sueño yo me estremecí porque pensé, ¿cómo puede ser que no nos hayamos visto en tres meses y estemos hablando de este ciclo y este símbolo con tal claridad? Yo sentía de forma muy profunda de lo que estábamos hablando y me di cuenta después de las posibilidades de transformación que este encuentro entre las dos propició. Hablamos de las raíces de esta serpiente que formaba parte de su mundo interno representando estos aspectos dañinos de los que se quería despojar y transformarlo en libertad. Un sueño siguiente fue un carrusel de elefantes, ellos estaban tomados de su trompa y colas para formar el círculo, en el que caminaban eternamente domados por un verdugo. De nuevo aparece el círculo sin fin. Al quererse liberar uno de los elefantes y soltar la cadena, el verdugo actúa y lo trata de encarcelar de nuevo. Hablamos de que era como el cuento del elefante, que no se daba cuenta que era más grande que el verdugo y más fuerte, y además recordó la fábula del elefante que está encadenado de una pata y no se da cuenta de su propia fuerza. En conjunto pensamos esto y que el sueño podría haberse completado con esto que pensábamos y que el elefante encontrara su fuerza para liberarse y seguir su camino. Este es el lienzo onírico en el que se posibilita la opción de pintar un escenario simbólico, afectivo distinto. En ese momento nos encontrábamos juntas pintando en su lienzo onírico. En cuanto al lienzo real, me decía que el verdugo no la dejaba pintar o expresar cosas que necesitaba compartir, este era su gran dolor. Hablamos de que dibujara, que expresara, no importa lo que fuera, una línea pero que fuera suya. Entre muchos símbolos y un rico lienzo onírico y algunas significativas producciones de su lienzo real que decidió compartir en el espacio terapéutico, ha sido nuestro encuentro y he podido acompañarla en su transformación y su cambio, el cual también hemos contemplado juntas a través de estos elementos de su experiencia. Es pertinente mencionar que al realizar este trabajo conté con su autorización para hablar de estas experiencias, leímos juntas este escrito y comentamos emotivamente al respecto.

Al inicio de este texto mencioné, que el terapeuta a su vez vive una transformación después de estas experiencias clínicas, ya que su vida afectiva se ve tocada por los encuentros terapéuticos. Me interesa enfatizar que respetando profundamente la postura

profesional que me ocupa, haciendo el mejor esfuerzo por ver mis propias disociaciones, resaltando que la experiencia emocional personal siempre se pone al servicio del proceso terapéutico, ya que como reiteradamente se menciona, la relación terapéutica es asimétrica debido a la posición ocupa el analista, el trabajo analítico es un encuentro de humano a humano y es una experiencia de transcendencia al final del camino.

Me emociono al pensar en poder expresar el impacto interno que ha tenido en mi esta experiencia. Desde darme cuenta de tener presentes colores que para mí paciente son simbólicos y que ahora lo son para mí desde mi individualidad y mi propia conformación, desde el gusto de que juntas podamos hablar de su diario onírico, y poder ver sus lienzos reales. Desde experimentar que el sentido de mi trabajo toma otra dimensión y también cuestionarme de forma reciente, ¿qué implica la libertad en un vínculo terapéutico? y no tomar la forma de un verdugo paralizante para ella, sino un agente de cambio y libertad.

REFERENCIAS

- Benjamín, J. (1996). *Los lazos de amor. Psicoanálisis, feminismo y el problema de la dominación*. B. Aires, Argentina: Editorial Paidós.
- Fonagy, P. Luyten, P. Allison, E. (2016). Petrificación epistémica y la restauración de la confiabilidad epistémica: Una nueva conceptualización del Trastorno Límite de la Personalidad y su tratamiento psicosocial. *Clínica e Investigación Relacional*, 10(3):587-629. Recuperado de: www.ceir.info

Original recibido con fecha: 15/4/2022

Revisado: 30/6/2022

Aceptado: 30/09/2022