

Un Winnicott para mí¹

Nicolás Obiglio Peña

Instituto de Psicoterapia Relacional

El presente trabajo se pregunta por el lugar que ocupan los autores y las teorías en el psicoterapeuta. Se explora esta pregunta a partir de las teorías de D. W. Winnicott. Propone que a lo largo de la formación como psicoterapeuta hay determinados autores que se convierten en interlocutores predilectos, con los que se dialoga vivamente, aún yendo más allá de lo que dijeron. Esta relación interna se va estableciendo y cultivando a lo largo del devenir psicoterapeuta gracias a la experiencia clínica, los distintos maestros y la elaboración de la vida personal del terapeuta. El trabajo explora este fenómeno a través de la relación continuada del autor con Winnicott y sus teorías.

Palabras clave: Winnicott - Verdadero Self - Devenir Psicoterapeuta

The present work raises the question of the role that authors and theories play in the psychotherapist's practice. This question is explored based on the theories of D.W. Winnicott. It suggests that throughout the training as a psychotherapist, certain authors become preferred interlocutors with whom lively dialogue takes place, even going beyond what they originally said. This internal relationship is established and nurtured over the course of becoming a psychotherapist through clinical experience, different mentors, and the therapist's personal life development. The work explores this phenomenon through the author's ongoing relationship with Winnicott and his theories.

Key Words: Winnicott - True Self - Becoming a Psychotherapist

English Title: A Winnicott for me

Cita bibliográfica / Reference citation:

Obiglio Peña, N. (2023). Un Winnicott para mí. *Clínica e Investigación Relacional*, 17 (2): 452-476. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2023.170209

¹ Trabajo premiado en la XII EDICIÓN DEL CERTAMEN DE TRABAJOS SOBRE EL DEVENIR PSICOTERAPEUTA (2022-23) Instituto de Psicoterapia Relacional.

And did it my way

Yes, it was my way

Frank Sinatra

Hay un Winnicott para cada psicoterapeuta relacional

A lo largo de la formación psicoanalítica escuché varias veces decir a los profesores de los seminarios “hay un Freud para cada cual”. Ciertamente, el Freud con el que dialogo en mi interior resultó muy diferente al de muchos de mis colegas. Lo que hoy descubro es que, así como hay un Freud para cada analista, también hay un Winnicott para cada psicoterapeuta relacional.

Las teorías son órganos de percepción, comenta Christopher Bollas (2012), gran desarrollador del pensamiento de Winnicott. Cuando las teorías se interiorizan y se hacen propias permiten operar en la clínica. Pero, según Bollas, esas teorías también pueden adquirir una cualidad viva. Parte de las teorías de Bollas vienen en forma de novelas, y, en una de esas novelas llamada *La oscuridad al final del túnel* (2004), reflexiona sobre la capacidad de ciertas personas y sus palabras de estar vivas en nuestro interior, aun estando ausentes. Asegura que aquellos que ya no están pueden decirnos cosas nuevas que nunca dijeron.

Las teorías de Winnicott están vivas para mí, y no solo las teorías, sino también de una forma particular me ha llegado la vitalidad de su persona a través de otros que han sido movidos por sus palabras. Con el tiempo he descubierto, o inventado, un Winnicott para mí en mi interior con quien dialogo. Esa relación ha ido creciendo y cambiando a lo largo del tiempo y nutriéndose de lo que los pacientes enseñan. Como si hubiera un “going on being”, una continuidad en la vida de las teorías, sostenido por el juego con ellas en ese recinto interior en dónde cada uno le da sentido a las cosas, ahí donde uno está solo acompañado.

La tesis de este trabajo es que parte del devenir del psicoterapeuta conlleva la recreación personal del pensamiento y la sensibilidad de ciertos autores, que hacen las veces de interlocutores que residen en su interior, con el fin de ejercer la práctica clínica. Intentaré explorar esta tesis a partir de mi relación con Winnicott, proponiendo a su vez que la misma teoría de Winnicott da cuenta de este proceso.

Del Winnicott romántico al Winnicott enigmático

Cuando era estudiante de psicología, Winnicott era para mí de un color rosado. La licenciatura en Buenos Aires tenía una tendencia psicoanalítica, que entraba en tensión con la filosofía realista de la universidad católica: la 'concepción de persona' de Freud era una espina molesta. Sin embargo, Winnicott parecía conjugarse muy bien con algunas de las ideas aristotélico-tomistas. Su forma de nombrar algunos conceptos que han sido traducidos como "verdadero" o "auténtico" self, su preocupación por lo "genuino", su concepción del desarrollo y su rechazo de la pulsión de muerte lo hacían, al menos en apariencia, un aliado. Para mi pensamiento juvenil, que era simplista y esencialista, Winnicott era tan fácilmente asimilable como malentendido. ¡Qué difícil era verse al espejo en el modelo freudiano!, entendido en ese momento como un caldero pulsional lleno de ingredientes infantiles inconscientes reprimidos y sexuales. ¡Y qué fácil era verse reflejado en el modelo winnicotteano!, que me hacía ver como *El caminante sobre el mar de nubes* de Friedrich, en la búsqueda y defensa del verdadero sí mismo y la naturaleza humana.

Poco sabía entonces de lo intrincado y audaz de las intuiciones winnicotteanas, y que lo rosado era solo un buen lejos. Por ejemplo, su uso de la palabra "naturaleza" es bastante confuso. Los procesos naturales en Winnicott están más cerca de Darwin que del romanticismo. Por ejemplo, Winnicott de joven comenta sobre la impresión que le causó *El origen de las especies*:

No podía dejar de leerlo. Al principio no sabía por qué me era tan importante, pero ahora veo que me mostraba que las cosas vivas podían ser examinadas científicamente, con el corolario de que las brechas en el conocimiento y la comprensión no tenían por qué asustarme. Esta idea significó para mí un alivio de la tensión y una liberación de energía para el trabajo y el juego. (En Phillips 2007, p. 24, la traducción es mía)

Esa convicción me animó a aprender de la experiencia y decidí emprender un análisis y, años más tarde, la formación. Ya no tenía por qué asustarme esa 'concepción de persona' de Freud, sino que podía tratar de comprender qué es lo que había captado de la complejidad humana y apreciar cómo la había formulado, sin la necesidad de adherirme dogmáticamente a sus metáforas. Era un gran alivio sentir que todo lo que no comprendía, esas brechas en el saber, podían convertirse en un espacio de juego.

Así es como ese Winnicott rosado fue cobrando cuerpo en la medida en que me atrevía a sumergirme en los distintos matices de sus teorías. El primer gran desafío implicó dejar de lado la tendencia a sentimentalizar su objeto de estudio: aún cuando se la pasa hablando sobre madres y bebés, Winnicott se toma en serio los afectos primarios

que se ponen en juego. “En todas las épocas”, comenta, “son pocos los que creen en los sentimientos de los pequeños, mientras que la mayoría los niega o sentimentaliza” (Winnicott, 1930).

Por entonces di con el Winnicott de Adam Phillips (2007), quien menciona que cuando Winnicott habla de madres y bebés no debemos tomarlo demasiado literal. Es como si se hubiera dado cuenta de que, hablando de lo que pasa con las madres y los bebés, puede hablar de asuntos la vida que de otra forma no podría: trató de contarnos lo que pensaba sobre cómo los individuos se desarrollan, cómo es la vida de las parejas, sobre la sexualidad y la agresión, sobre la relación que las personas entablamos con nosotros mismos, etc.

Otro desafío de esta época fue desmenuzar lo que Winnicott entiende por verdad cuando se refiere al self. Si no se refiere a esa esencia última de las personas así como la entiende la filosofía clásica, ¿a qué se refiere? Descubrí que, si bien su principal preocupación pasa por lo verdadero, no se trata de la adecuación del intelecto a la cosa, si no como una sensación con raíces profundas en la organización de la personalidad: sentirse vivo y real [feel real]. En tanto que lo verdadero tiene que ver con la vivacidad [aliveness], lo falso en Winnicott tiene que ver con lo fútil, la irrealdad, lo no-vivo.

Justamente porque le preocupa cómo llegan las personas a sentirse vivas y a tener una sensación de realidad es que se sumerge en el mundo de lo no-vivo, esa experiencia que es patrimonio de la humanidad de sentirse muerto en vida, congelado, vacío o ausente de sí mismo. Comenta en su artículo *La distorsión del yo en términos de self verdadero y falso* (1965) sobre una mujer que con el término de su análisis comienza su vida... a los 50 años. “Empieza su vida con 50 años de vida desperdiciada”, dice Winnicott. Como estudiante me llamó mucho la atención y no lo podía comprender. Winnicott no estaba filosofando sobre cuestiones etéreas, sino que se estaba metiendo con lo que nos hace sentir que vivir vale la pena, y el larguísimo recorrido que a veces hay que hacer para llegar a sentirse así.

Para Winnicott el Verdadero Self es un potencial heredado, y como tal es una posición teórica más que un sustantivo. Es como si tuviera una existencia performativa: refiere al experimentar que acompaña al gesto espontáneo. Entiendo que habla de que en la salud el ser precede al hacer, pero, paradójicamente no antepone el ser al existir, aún cuando investiga el existir sin ser. De allí su continua predilección por el gerundio: no se es sino siendo. Estos matices que fui descubriendo pueden parecer sutilezas, lo cierto es que para mí significaron la diferencia entre el pensar por mi mismo y tratar de aprehender algo a mi manera. Descubrí que la aventura terapéutica no se trata de ir en

busca del Verdadero Self como un self prefabricado que tiene que expresarse de adentro hacia afuera. Esta posición muy fácilmente puede caer en la ideología de “la mejor versión” y ha sido usada por el mercado como estrategia de consumo (exitismo), que solo lleva a levantar la ansiedad y promueve la depresión.

Winnicott equipara el Verdadero Self al Ello freudiano. Así como mencionamos que es un potencial heredado, puede ser también potencialmente enloquecedor, es decir, vivirse por momentos como locura. Tan solo consideremos la *regresión hacia la dependencia* de la que hablaba que sucedía en muchos tratamientos, en la que el Falso Self colapsa hacia el Verdadero Self, generando un tiempo intenso y demandante en el tratamiento que muchos analistas han interpretado como colapso mental, ya que delimita un tiempo donde no es posible trabajar analíticamente, en el sentido clásico del término.

Entonces, lo que Winnicott quiere transmitir con sus ideas de Verdadero y Falso Self no tiene nada que ver con el *self-made man* ni con la exhortación “encuentra tu verdadero yo y sé tú mismo”. A partir de querer comprender mejor la complejidad del elusivo asunto del Verdadero Self fui arribando a las filosofías del acontecimiento.

Lo que rescato de este primer tiempo con Winnicott, además de la inquietud por entender mejor ciertos conceptos, es que me marcó su forma de orientarse en la clínica, me transmitió esa forma que más tarde pude nombrar, gracias a Donna Orange (2013), cómo posicionarse desde una *lógica de la esperanza*, y que venía a conjugarse con la lógica de la sospecha, con la que me encontraba en la formación con más frecuencia.

La clínica del acontecimiento

La filosofía, que en una época hacía de obstáculo a las intuiciones psicoanalíticas, con el tiempo se fue convirtiendo en una oportunidad para expandir mi comprensión de algunos autores, en especial del movimiento relacional. El siguiente caso ilustra este recorrido.

En mi primer año como psicoterapeuta trabajé en una ONG que brindaba asistencia psicológica en contextos de vulnerabilidad social. Llega a una de mis primeras consultas un chico de 12 años, al que llamaré Miguel.

A lo largo de 3 años trabajamos juntos en psicoterapia una vez por semana. Había realizado un tratamiento previo con otro psicólogo, quien al irse de la institución me lo derivó. Me comentó que Miguel tenía muchas dificultades en diferenciar la fantasía de la realidad, vivía en un aislamiento preocupante y su mundo interior estaba poblado de

figuras muertas o fríamente violentas. Al recibirlo entendí mejor esta descripción. Aunque de alguna manera su psicólogo anterior había logrado alejarlo de la locura, persistía en él una gran dificultad para entablar vínculos, una difusión de su identidad, y una marcada tendencia hacia fantasías de orden sádico y violento. Era muy hermético y no parecía hacer mella en lo más mínimo lo que yo le dijera o dejara de decirle. Sus narraciones me resultaban muchas veces incomprensibles y él se mostraba muy poco tolerante a mis fallas de comprensión. Pasaban las sesiones y yo me preguntaba continuamente cómo trabajar con este chico. Se había habituado a comentar lo que había sucedido en la semana. Pero yo no podía hacerme la idea de por donde pasaba el proyecto terapéutico con Miguel.

Solía dibujar en sesión, siempre figuras monstruosas o mutiladas que me causaban rechazo. En continuo diálogo con mi supervisor llegué a entender que todo el mundo a su alrededor estaba asustado de él y yo también, y que él necesitaba alguien que intentara comprenderlo sin asustarse. Recordé que había escuchado decir que una de las genialidades de Winnicott es que no temía a sus pacientes. Llegar a no temerle a Miguel fue mi primera meta terapéutica.

Entre otras cosas que intenté para lograrlo me topé con un poema de Benjamín González Buelta, y desde entonces siempre viene a mi auxilio en estos casos. Inspirado por el estilo de Sandra Buechler, me animo a compartir el poema que me hace dar cuerpo a la parte de lo que entiendo que es la teoría de la técnica en Winnicott. Lleva por título *Acoger una vida cerrada*:

*En el camino, tierra pisada,
encontré una semilla rara,
acerada cáscara brillante,
cerrada sobre sí misma,
hermética defensa,
seguro el gesto,
certera la palabra,
todas sus costuras bien selladas.*

*Para saber quién era
y hacer vida su secreto estéril,
abandoné la curiosidad del niño
que revienta su juguete,
o la del sabio bisturí que disecciona
y aprende de la muerte,
o la pregunta experta
calculada como un lazo*

*que atrapa el paso confiado.
La enterré en el mejor rincón
de mi jardín sin alambradas,
la dejé abrazada
por el misterio de la tierra,
del cariño del sol alegre,
y del respeto de la noche.*

*Y brotó su identidad más escondida.
Verdes hojas primero, temblorosas,
Asomándose al borde de la tierra
Recién resquebrajada.
Pero al fin se afianzó de vida esperanzada.*

*Al verla toda ella,
Renacida al pleno sol,
Con su melena de hojas
A todos los vientos desplegada,
Supimos al fin quién era
Todo su secreto vivo, suyo y libre.*

Este poema tiene en mí el efecto de calibrar mi brújula interior acerca de qué esperar y cómo orientarme en el trabajo, que implica lo que empecé a llamar “la clínica del acontecimiento”. Para entonces era un aficionado de la Fenomenología y la Hermenéutica, y jugaba trazando puentes, bastante precarios he de admitir, entre la filosofía y el psicoanálisis.

La idea alrededor de la cual empecé a desarrollar este invento de la clínica del acontecimiento, y que siento heredera de mis inquietudes en torno al verdadero self de Winnicott, es que la verdad de la cosa, y por ende del sujeto, no está dada de antemano, sino que “acontece” en los juegos entre lo oculto y lo des-oculto. Entonces, desde esta clínica, el trabajo del terapeuta no es principalmente interpretativo, sino que consiste en brindar las condiciones para el acontecimiento en sesión, sin tener idea previa de la figura que tendrá este acontecer. Terapeuta y paciente se dedican a jugar y esperar.

Explorando las texturas de la idea de acontecimiento en la filosofía, di con Heidegger. Es sabido que la genialidad de Heidegger radica en poner la pregunta por el ser sobre la mesa, rompiendo así con la tradición metafísica reinante hasta el momento. Para la tradición metafísica la verdad es la adecuación del intelecto al ser de la cosa, así como

un acontecimiento es algo que sucede en el tiempo, y la historia es la narración de ese acontecimiento pasado. Pero Heidegger da vuelta estos conceptos. (Heidegger, 2012)

La primera acepción de Heidegger sobre el Acontecimiento es de su pensamiento previo a la *Khere* (Giro). Implica que un Acontecimiento es “el modo como se realiza originariamente la vida y sus vivencias” (Escudero, 2009), algo que me pasa a mí, en contraposición a la idea de proceso [*Vorgang*], como algo que se coloca delante de mí, propio de un mirar científico. Es la diferencia entre sumergirse en una experiencia y objetivar una experiencia. Heidegger rechaza la posición en que las vivencias se nos dan como un proceso, ya que implica una distancia, una deshistorización y un desvivimiento. En cambio adopta la posición de acontecimiento que supone una apropiación de las vivencias. (Escudero, 2009)

La segunda acepción del Acontecimiento, y la más interesante, corresponde al Heidegger de la *Khere* (viraje de la posguerra). Implica la concepción del ser como un acaecer histórico y no como algo estático. Y está constituido por un doble movimiento: de donación y retracción, de manifestación y de ocultamiento (Escudero, 2009). La imagen es la del pasajero en tránsito, ya partió pero todavía no llegó. Estar en tránsito es estar ‘entre’. Concebir al ser como Acontecimiento es concebir que todo lo que se da a la vez oculta lo que es. Lo que se da no refleja una imagen verdadera y estática, sino más bien refleja que estoy siendo ahora de esta manera y que existe un resto dinámico de la verdad que permanece oculto. Cuando digo “esto es una casa”, estoy diciendo que algo ‘es así’: una verdad estática. Pero si considero al ser como acontecimiento, estoy diciendo que “esto es una casa, pero mañana será una ruina, y pasado un jardín”: una verdad dinámica, donde lo que es, es un juego entre ocultamiento y des-ocultamiento.

Estas ideas me resultaban muy similares a los desarrollos de Winnicott sobre el llegar a ser y el seguir siendo, también al juego paradójal entre la incomunicación del verdadero self y la necesidad de comunicarse, el despliegue de algo que precede pero que no está determinado y nunca culmina.

Leyendo la noción de acontecimiento desde la fenomenología, podemos decir que para que se dé un acontecimiento, es necesario que se dé cuenta del mismo. Pensemos en el viejo dilema: ¿Si se cae un árbol en medio del desierto, donde nadie lo escucha, es algo que aconteció? No se puede decir que no, pero tampoco se puede decir que sí. Estamos hablando de una idea de causalidad distinta para el acontecimiento que la causalidad lineal. Que alguien escuche que el árbol cae no es causa de su caída, pero no configura un acontecimiento el árbol caído sin alguien que lo escuche.

Vicente Haya en su libro de introducción al Haiku Japonés (2014) lo ilustra de forma magnífica. Dice que para escribir un Haiku (poema de tres líneas) hay que haber experimentado un *Aware*, una profunda conmoción espiritual motivada por un suceso. “Algo que nos impacta hondamente porque está ahí, porque ha llegado a ser y su existencia ha reclamado nuestra atención” (p. 13). Si yo vivo un *Aware*, tengo el derecho, y el deber, de escribir un Haiku. Si no lo hago, “si algo que se ha sentido en la Naturaleza no puede ser compartido, no ha sido real” (p. 14). El ser testigo de un acontecimiento no lo causa, pero no hay acontecimiento sin testigo.

Por otro lado, un acontecimiento no solo tiene testigos, sino también condiciones. Con las condiciones pasa lo mismo que con los testigos. Desde esta concepción de acontecimiento se rompe con el principio de causa-efecto, estímulo-respuesta o acción-reacción. Resulta demasiado lineal. Lo que hago o dejo de hacer, lo que sucede o lo que no sucede, no causa un acontecimiento. Pero sin las condiciones necesarias un acontecimiento no se da.

Winnicott en una conferencia sobre ética y educación (1963), se pregunta si se le puede enseñar a los chicos a ser buenos. Y responde que no. Si se implanta en los niños las nociones de bondad y maldad, la educación moral fracasará rotundamente. En cambio, si a los niños se les brinda las condiciones necesarias para que nazca en ellos la capacidad de moralidad, cuando ésta nace los niños irán tomando los códigos morales que se les ofrezcan.

La lógica del acontecimiento invita entonces a brindar las condiciones para su llegada, y a ser testigos del mismo. Sabiendo que ninguno de estos movimientos lo causa, pero no hay acontecimiento sin los mismos. Acontecimiento, condiciones y testigos son todas caras de un mismo fenómeno.

Recientemente pude revisar estas ideas a partir de cómo Joan Coderch (2013) trabaja la psicoterapia como la puesta en marcha de sistemas dinámicos no-lineales. En un punto parece la traducción al lenguaje científico de estas intuiciones. Coderch concluye que la psicoterapia progresa a partir de fenómenos emergentes del campo configurado entre paciente y terapeuta donde “pequeñas causas pueden dar lugar a grandes cambios, causas simples pueden dar lugar a resultados muy complejos” (p. 546). También estoy al tanto del enorme trabajo de la corriente intersubjetivista con Stolorow, Atwood y Orange, entre otros, en concebir su perspectiva desde bases fenomenológicas, pero mis incursiones han sido breves por el momento.

Toda esta reflexión creo que tomó cuerpo en esos años de trabajar con Miguel. Él me enseñó que había que hacer espacio a algo, construir un espacio para que algo tenga

lugar. No íbamos a hacer que algo sucediera, sino que íbamos a armar un lugar y esperar a que algo pase, estando "dadas las condiciones".

Hacia el final del segundo año Miguel se había hecho fanático de la música dark metal, y con unas nuevas amistades que empezó a tener querían formar una banda. Comenzó a traer a sesión explícitamente sus sentimientos de soledad y vacío, desencuentro y desamor. Además de continuar dibujando en sesión empezó a acompañar sus dibujos con símbolos, frases y palabras. Desarrolló un interés por la escritura. Se fijaba mucho en las letras de las canciones que escuchaba y que me hacía escuchar, aun cuando me resultaban espantosas. Un día le propongo que escriba en sesión una letra de canción. Y sin titubear, escribió de principio a fin una canción que tituló "Tormenta". La canción comienza así:

*Feliz o triste
muerto o vivo
nunca lo sabré
nunca habrá una respuesta
la tormenta se va
pero otra tormenta se aproxima
en mi corazón...*

Desde entonces comenzó a verse a sí mismo cada vez más como un artista-poeta. Creo que estaba usando la hoja para sucesivos nacimientos y me hacía acordar a ciertas viñetas de Michael Eigen sobre el "nacimiento de la experiencia" (2018a, 2018b). Yo no tenía ni idea de qué esperar. El rostro de esos nacimientos interiores me estaba vedado hasta que se hicieran visibles a través de la hoja. No había forma de influir sobre ellos de antemano.

Para el tercer año ya dibujaba en sesión mientras comentaba sobre sus vaivenes amorosos y con sus amistades, y las tormentas emocionales que le generaban. Los cambios en sus dibujos comenzaron a ser perceptibles a mis ojos, aunque para un tercero que nada supiera del asunto podían resultar todos iguales. Ya era capaz de diferenciar sus "épocas", según sus trazos, sus figuras y las frases que acompañan sus dibujos. Empezamos a tener sesiones donde nos enfocábamos en la lectura de sus obras, y con mucha paciencia Miguel me explicaba que todos prejuzgaban su arte, y que para él estos personajes grotescos y heridos tenían todo el sentido del mundo.

Un año atrás, en una sesión intensa, me había comentado: "Siento un vacío dentro, y lo trato de llenar con personas, pero mientras más lo intento llenar, más se agranda ese vacío". En ese momento no supe bien qué responderle. Pero aprendí que no hay que salir

de estos lugares ni fácil ni rápido. Con el tiempo y en el espacio terapéutico entre los dos pudimos hacer de ese vacío angustiante un juego emocional.

A través de experiencias como ésta el verdadero self se transformó para mí en un enigma. Así como Dalí decía que "Dalí no entiende ni una pintura de Dalí, porque Dalí solo crea enigmas". En ese mismo sentido creo que establecemos una relación enigmática con el verdadero self de cada uno: inaudito, inasible, y a la vez la única fuente del sentimiento de estar vivo, que lleva a las ganas de vivir.

La mente vagabunda

Otro acercamiento a la noción de verdadero self fue mi hallazgo de Christopher Bollas. Su teoría del "idioma" que es cada persona se parecía mucho a la forma en que yo naturalmente concebía la psicología. En la introducción de *Fuerzas de destino* (1993), Bollas relata lo sorprendido que se encontraba cuando nació su primer hijo. Al contemplarlo en su crecimiento notaba que estaba "en plena posesión de su propia personalidad, de su propia configuración singularísima de existir" (p. 14) desde el principio. Esta configuración se iba desplegando a través de su vivenciar del mundo y el uso que hacía de sus objetos. Explica que más allá que su hijo haya sido formado por infinitas experiencias, convirtiéndose en un ser tan complejo como cualquier otro, el núcleo de su personalidad de alguna forma seguiría siendo el mismo. A esto es lo que Bollas llama '*idioma humano*' definido como "un conjunto de posibilidades singulares de persona que son específicas de este individuo y que en su formulación están sujetas a la naturaleza de una experiencia vivida en el mundo real." (Bollas, 1993, p. 21-22)

Sentía que Bollas ponía palabras a la forma en que yo veía el mundo. Nuevamente, a ese primer entusiasmo le siguió un periodo largo de "¿Lo estoy entendiendo bien?, ¿Es eso a lo que se refiere?". Por años participé en un grupo de la Asociación Psicoanalítica de Buenos Aires en el que traducimos a Bollas al español, por amor al arte, porque, decía Osvaldo Menéndez, el coordinador del grupo, "traducir es una forma de apropiarse". Y leer al autor en su lengua es una experiencia sensorial, evoca los sentidos, no solo a la mente. Una vez más, lo importante no era entender, sino apropiarse. En este caso, poner en propias palabras.

Decidí escribirle a Bollas y mantuvimos una breve correspondencia. Le envié una reciente pintura que había hecho, y me respondió diciéndome que le hacía acordar a un poema titulado *The ship of death* de D. H. Lawrence. Trata sobre cómo cada uno va construyendo una barca que lo lleva a través de la vida, hasta el último momento vital que es la muerte. Leído desde la inquietud por el verdadero self, las convergencias de las

asociaciones se multiplican: todos tenemos la tarea existencial de relacionarnos con el propio self y desplegarlo tal que nos lleve a través de la vida y el mar de experiencias que es. Lo mismo pasa con el devenir terapeuta, debemos construir ese navío que permite ser y hacer en la clínica, y no hay ninguna fórmula para ello.

Cuando le pido a Bollas un consejo más conciso sobre cómo llegar a ser buen terapeuta me responde: “just let your mind wander”. Esa libertad me pareció fascinante y terrorífica. Si el maestro me dice que vagabundee mentalmente, no he de tomarme demasiado seriamente ninguna lista de instrucciones. Y seguí pintando. Me permitió tolerar mejor la ansiedad en mi práctica clínica, no preocuparme tanto por 'hacer bien', y permitirme 'estar con' las personas que acudían a mi consulta. Empecé a permitirme asociar más junto al paciente, y los pacientes empezaron a permitirse hablar más libremente. También a asociar junto a los autores que iba estudiando, y escucharlos decirme, de vez en cuando, alguna que otra cosa que no estaba escrita.

La mente y el psiquesoma

De sondear la temática de lo verdadero en Winnicott, con el tiempo, mi interés se desplazó hacia sus relaciones con lo “falso”. La cualidad y dinámica del falso self traza toda una cartografía en Winnicott que permite navegar en la clínica contemporánea. Esta vez, más que por la filosofía, he podido profundizar sobre ello por la vivencia del cuerpo.

Las investigaciones de Winnicott en torno al Falso Self tienen la particularidad de contemplar la complejidad de la interacción psicosomática: la conceptualización que hace del desarrollo del psique-soma, y el lugar que le otorga a la mente, en el artículo *La mente y su relación con el psique-soma* (1954).

En este artículo, Winnicott afirma que cada uno de nosotros es un cuerpo, y que ese cuerpo implica una íntima unión entre psique y soma. Psique y soma no pueden ser considerados por separado, salvo como ejercicio teórico. Entiende a la psique como la elaboración imaginativa de los procesos somáticos. En un primer momento, en ese cuerpo que es un recién nacido lo psicosomático es indistinguible: cuidados físicos equivalen a amor. Solo con el crecimiento de ese cuerpo es que psique y soma se irán diferenciando e interrelacionando de las formas más variadas y complejas.

Pero Winnicott va más allá y considera que hay un desarrollo auténtico de esta relación psicosomática y uno falso, y esto implica la noción de “mente”. Cuando consideramos el cuerpo de un recién nacido, para que la unidad psicosomática se

desarrolle se necesita un ambiente que se adapte perfectamente a sus necesidades. En la medida en que ese cuerpo va creciendo, se torna capaz de soportar las fallas ambientales a través del uso de la mente: ese fenómeno emergente de la unidad psique-soma que es la actividad mental, la capacidad de comprender. Esta capacidad transforma las fallas ambientales, restableciendo la continuidad del ser.

En tanto que las fallas del medio ambiente son graduales y adecuadas a la capacidad de esa unidad psicósomática para lidiar con ellas a través de la actividad mental, podríamos decir que el desarrollo genuino, la capacidad para sentirme vivo y viviendo mi propia vida, está garantizado. Pero cuando estas fallas son mayores a lo que se puede tolerar, la actividad mental se exagera. En un intento de subsanar esas fallas ambientales que resultan demasiado, sucede un crecimiento excesivo de la mente, y su actividad se hipertrofia. Recordemos que la mente para Winnicott no es una entidad en sí misma, sino un fenómeno emergente de la unidad psique-soma, pero cuando su crecimiento se exagera pareciera convertirse en un nuevo centro del ser, y gozar de cierta autonomía respecto del cuerpo. A esto se refiere Winnicott como un desarrollo falso. Este desarrollo falso puede manifestarse en afecciones del cuerpo o somatizaciones, porque al estar exacerbada la mente, se trastornan las dinámicas corporales y su capacidad para vitalizar el ser.

El artículo de *La mente y su relación con el psiquesoma* tuvo un profundo impacto en mí. Si bien intuyo que se refiere a mucho más de lo que logro captar, un día tuve la sensación de que de alguna manera entendía a qué se refería: en una librería infantil, a las que suelo recurrir por mi afición a la ilustración, me topé con un libro de Oliver Jeffers (2007) titulado *El increíble niño comelibros*. Trataba sobre un niño con un apetito voraz por los libros, los comía de tres bocados, y cada vez buscaba ejemplares más grandes. Hasta que se empachó. No podía digerir todos esos libros. El médico le recetó que comiera menos, y que leyera más. Así es como el niño, letra por letra, aprendió a leer. Aunque de vez en cuando, muerde algún que otro libro. Al terminar de leer, allí parado en la librería, sentí un escalofrío: "este es el mito que representa mis últimos 9 años de análisis", pensé. Hacía poco había descubierto a Marion Milner, una amiga y discípula de Winnicott, que recomendaba no leer nada que no alimente. Y Phillips, también con un espíritu afín, en una entrevista donde le piden recomendaciones de lectura, se resiste y comparte su propia lista de lectura, invitando a qué cada uno lea "lo que le dice algo", y en vez de leer lo que le dicen.

Qué diferente es estudiar un autor para entender lo que quiere decir, su contenido, de leer un autor para dialogar con él y ver qué me dice a mí. Los dos ejercicios son

necesarios, pero si se da el primero sin el segundo hay algo que falta. Me recuerda al dicho de Ignacio de Loyola: "No el mucho saber harta y satisface al alma sino el gustar las cosas internamente".

Es la mente la que come los libros, buscando soluciones a problemas. O buscando conocer, en vez de saber. Saber en el sentido de saborear, es propio de la psique. Michael Eigen le llama "papilas gustativas psíquicas" (comunicación personal, 6 de febrero 2018). En cambio, a la mente le interesan las ideas principales y secundarias de un texto, le interesa entender lo que el autor quiso decir en vez de escuchar cómo un texto me habla a mí. La mente se adapta, la psique baila.

La cartografía psicósomática que desarrolla Winnicott me es especialmente significativa porque me siento identificado al reconocer mis recorridos somáticos y la historia de mi "ser cuerpo". Especialmente resueno con esta forma de concebir la mente, y las causas y consecuencias de que ésta se hipertrofie.

Creo que terminé de entender vivencialmente esta diferencia entre la psique y el soma luego de un periodo de terapia bioenergética. Ponerse en juego 'de cuerpo entero', abre canales que son difíciles de expresar verbalmente. Luego, como arteterapeuta continué explorando estas articulaciones mente-psique más allá de las palabras. Schaverien (1999), arteterapeuta inglesa, comenta que cuando alguien crea una obra en terapia, está puede ser una imagen encarnada o diagramática. La *imagen diagramática* sirve de apoyo al decir, es una referencia para el contar, como una especie de mapa del cuento. En cambio, la *imagen encarnada* cuenta más de lo que se puede decir, ya que es la misma imagen la que encarna el vivenciar. Creo que la imagen diagramática sirve a la mente, mientras que la imagen encarnada es una función de la psique.

Una última asociación a este tema es al artículo de Slavin (2015) llamado *Necesitamos arte para así no morir de verdad*. Slavin presenta la hipótesis de que en el mismo momento en que el ser humano llega a ser humano, sucede una desconexión con el mundo que está ausente en el animal. Creo que esa desconexión o se debe a la mente, o la suple la mente. Y Slavin propone que el arte viene a proveer un medio de reconexión. Creo que esa reconexión se refiere a un tipo de relación entre la mente y la psique.

Creer en la comprensión vivencial de esta intuición winnicotteana es un factor terapéutico esencial para el terapeuta relacional, ya que lo aleja de uno de los atolladeros más comunes del psicoanálisis clásico que Andre Green llama el 'problema de la secundarización', la intelectualización de los procesos terapéuticos, y por eso propone la lógica de los procesos terciarios.

Un aporte sumamente valioso a la comprensión del falso self significó para mí el Winnicott de Francesc Sáinz. Recuerdo que en un seminario mencionó que Winnicott no había acertado al llamarlo falso self, y que si lo llamamos "self protector" comprendemos mejor mucho de lo que quiso decir.

El místico psicoanalítico

Ya me hacía yo una idea más clara sobre este tema tan intrigante del Verdadero y Falso self, y cómo la noción de idioma de Bollas y la idea de mente en Winnicott profundizan la comprensión, cuando conocí a Michael Eigen y descubrí un ejemplo concreto de alguien que asume este despliegue del idioma personal a lo largo de la vida.

Hace un tiempo atrás le había hecho una entrevista a Michael Eigen para la revista de la universidad, y tuve la oportunidad de viajar para verlo en persona. Me recibió en su consultorio frente al Central Park, en sandalias y medias en pleno invierno. "Qué persona tan libre", fue mi primera impresión. Recuerdo haberle pedido alguna recomendación sobre cómo seguir formándome, dado que él ya las había vivido todas. "Yo todavía estoy aprendiendo", fue su respuesta, "con 80 años, cada día crezco un poco más, hacia arriba, hacia abajo, hacia los lados, hacia adentro, y todavía me queda mucho más". Luego me aseguro que nadie sabe mejor por donde seguir que yo mismo. Que lo mejor que puedo hacer es dar pie al propio espíritu creativo, a mis papilas gustativas psíquicas. En ese momento recordé que ya había escuchado tal exhortación en otra parte. En Cartas a un joven poeta, Rilke (2021) le dice al poeta que le pide una opinión sobre sus versos:

Usted pregunta si sus versos son buenos. Me lo pregunta a mí, como antes lo preguntó a otras personas. Envía sus versos a las revistas literarias, los compara con otros versos, y siente inquietud cuando ciertas redacciones rechazan sus ensayos poéticos. Pues bien —ya que me permite darle consejo— he de rogarle que renuncie a todo eso. Está usted mirando hacia fuera, y precisamente esto es lo que ahora no debería hacer. Nadie le puede aconsejar ni ayudar. Nadie... No hay más que un solo remedio: adéntrese en sí mismo.

Además de tener con Eigen algunas sesiones, asistí a su seminario. Hacía 3 meses que estaban trabajando sobre las mismas cuatro páginas de las *Memorias del futuro* de Bion. Pero cada semana surgía algo novedoso y diferente. Esa lectura, tan viva y personal, era inagotable. No importaba el texto, sino el uso vital y hasta despiadado que podía hacer del texto. Fue una experiencia muy impactante.

Recuerdo que Eigen habló largo y extenso sobre las experiencias de renacimiento en terapia y el devenir terapeuta:

Nos tenemos miedo a nosotros mismos toda la vida, tenemos miedo de nacer. Nacer es terrible... y a la vez es sumamente entretenido. Deberíamos leer *Fear of breakdown* de Winnicott una vez al año. Es verdad que la verdad nos hará libres, y muchas veces la forma en que los seres humanos usamos la verdad ha causado desastres. A veces las personas usan la verdad para que hagamos lo que ellos quieren. Si no podemos resolver el misterio, podemos vivirlo. Podemos pasarnos, citando a Bion, *Making the best of a bad job*. Haz lo que puedas con lo que tienes, no lo mejor. Busquemos llegar al punto de hablar con uno mismo, si tan solo una vez en la vida habláramos con nosotros mismos, escucharíamos de otra manera al otro. (Comunicación personal, 3 de febrero de 2018)

Sostén y rendición

He comentado hasta aquí cómo la teoría del verdadero y falso self se ha entrelazado con distintas experiencias de vida, y también cómo ha sido una metáfora muy rica que me ha orientado en mi devenir psicoterapeuta. Pero también muchas otras ideas de Winnicott me han salido al paso en este camino.

En uno de los cortos tiempos de tregua que daba la pandemia nos mudamos a España con mi mujer, queriendo formarme como arteterapeuta. Me tomé en serio las palabras de Winnicott en *Desarrollo emocional primitivo* (1945): "A través de la expresión artística podemos mantener el contacto con nuestro self más primario, de donde vienen nuestros sentimientos más intensos y las sensaciones más agudas que nos llenan de miedo, y sin duda somos pobres si sólo somos sanos" (la traducción es mía). Para ese entonces comencé una terapia a través del arte con Tessa Dalley, arteterapeuta inglesa y, me enteré luego, presidente de la junta directiva de la Squiggle Foundation. A través de ella descubrí un nuevo rostro de Winnicott.

Hasta entonces no había entendido por qué siempre los autores ingleses hablaban tanto de la cuestión de la seguridad [safety] en el proceso terapéutico y en la vida. A los meses de vivir en Europa y de trabajar con Tessa empecé a comprenderlo mejor. He crecido en un país en el que el riesgo económico y social es una constante, y uno naturaliza cierto estado de "alerta flotante". En la medida en la que me empecé a sentir más seguro, noté cambios en mi sensibilidad. También comprendí la fuerza que tiene sentirse seguro en un espacio terapéutico, dado que Tessa me sostuvo en la mudanza y a través de la pandemia. Pude darle un giro a la idea de sostén de Winnicott a través de

esta relación terapéutica, y en medio de circunstancias tan particulares. Se me ocurre que Winnicott fue sensible a estas cuestiones, no solo por su constante exposición a madres y sus bebés, sino también por haber vivido situaciones como el bombardeo a Londres.

Recientemente la noción de sostén cobró un nuevo matiz. Nació mi primer hijo y sentí que nunca había realmente entendido a Winnicott hasta ahora. En las primeras semanas en que estaba inaugurando mi paternidad, las grabaciones de la BBC de las charlas dadas a madres eran para mí un bálsamo en esas largas noches. Sus palabras me hacían bien, pero sobre todo, su tono de voz calmaba mis ansiedades de padre primerizo, y nos invitaba como pareja parental a confiar en nuestras intuiciones y capacidades.

Una de las charlas se titula *The baby as a going concern*, que está traducido como "El bebé: una empresa en marcha". Hasta entonces pensaba que esta idea de Winnicott se relacionaba con el bebé como preocupación o inquietud, que son las traducciones de "concern". Pero todo lo contrario: Winnicott invita a considerar que "los bebés son de la vida", como se escucha decir, y que no son de papá y mamá, en el sentido de que los padres no son responsables de que el niño crezca. "Su bebé no depende de usted para su crecimiento y desarrollo", sentencia (Winnicott, 2021). Pone el ejemplo de un bulbo que se planta, al que no se puede hacer crecer, sino que se le puede proporcionar un ámbito adecuado para que se desarrolle por sí solo. El alivio del peso de la responsabilidad que significa tener un bebé en casa fue inmediato, y abrió un gran espacio para el disfrute.

Con mi bebé aprendí que además del sostén, está el apoyo. Hasta donde entiendo, Winnicott propone que, en la medida en que el ambiente sea facilitador y suficientemente bueno, ese self se apoyará en ese ambiente para desarrollarse. Pero aquí me animo a compartir una intuición personal que es complementaria al concepto de sostén. Winnicott plantea las tareas del bebé como la integración, personalización y realización. Pero hay un movimiento que hace el bebé que es complementario al sostén, que es el apoyo. Cuando una persona quiere dormir en brazos a un bebé que está listo para quedarse dormido, muchas veces se lo ve luchando para no dormirse y pasa un tiempo hasta que se duerme. Y uno se da cuenta que está dormido porque el bebé llega a pesar más en los brazos. En ese momento el bebé se rinde y se apoya. Winnicott plantea una ecuación lineal: si hay sostén y ambiente facilitador, hay desarrollo. Queda evidente en su metáfora del bulbo: si hay condiciones, el bulbo crece. Pero los seres humanos y los bulbos son diferentes, y puede suceder que esté el sostén, pero que la

persona no lo use, no se apoye. Me parece una veta interesante a explorar, y creo que tiene mucho que ver con lo que Gent plantea como *rendición* (2014).

Este es un ejemplo de los juegos que tengo con ese Winnicott para mí. Otro ejemplo a continuación toma el concepto de la madre suficientemente buena.

Ser el terapeuta que soy para ser suficiente

Una de las ideas de Winnicott más popularizadas es la de la “madre suficientemente buena” (1993). Es una idea que tiene mucha fuerza, como mencionamos más arriba, ya que apunta a los sentimientos de madres, padres y cuidadores que viven intensamente las tensiones entre la incertidumbre y el no saber del todo lo qué hacer con un bebé, y el deseo de darle todo lo mejor. Pero esta idea señala a un fenómeno humano mucho más extenso que las circunstancias puntuales de cuidado de un recién nacido: podríamos decir que delimita una *ética de lo suficiente*.

El concepto de lo “suficientemente bueno” se suele escuchar nombrar cuando alguien está queriéndose referir a que lo perfecto es enemigo de lo bueno. En efecto, tomado este consejo con la seriedad que se merece, es una sana solución a los dilemas que presenta la posición depresiva. Michael Eigen comentaba al respecto, “puede que no a todos les guste lo que tengas para aportar, pero de seguro a alguien le va a servir, no puedes hacer todo el bien, pero de seguro lo que tienes para dar puede hacer bien a alguien” (comunicación personal, 10 de febrero del 2018).

Quisiera traer una viñeta más, esta vez relacionada al sentimiento de idoneidad del terapeuta, ya que en la práctica muchos nos encontramos preguntándonos qué es ser un terapeuta suficientemente bueno. Winnicott plantea que “ser uno mismo” lleva a “ser suficientemente bueno”, veamos cómo.

Durante mi estancia en Valencia llevé adelante un espacio de arteterapia semanal en un centro con un grupo de personas en rehabilitación por consumo problemático de sustancias. El modo de trabajo tendía a ser abierto. En algunas sesiones se presentaba un material, un tema o alguna técnica, pero en general cada uno podía elegir cómo ocupar su tiempo de creación.

En una ocasión llevé un rollo de papel continuo, y le propuse al grupo intervenir libremente con pintura para luego cortarlo en trocitos y así generar pequeños papeles geométricos de distintos colores que luego pudiéramos usar para imitar la técnica del *trencadís*. En esa sesión sólo estaban presentes dos participantes. Para mi sorpresa, uno se ubicó en un extremo del papel, y el otro en el extremo opuesto, y comenzaron a pintar

frangas verticales de colores. Yo imaginaba un uso más caótico del soporte. Para ese entonces, yo mismo en mi propio arte estaba explorando con grandes formatos y manchas aleatorias.

Así es cómo en un momento dado intervengo interfiriendo en el trabajo de los participantes e invitándolos a pintar de un modo más “caótico”, usando esa palabra. Ambos lo intentaron, incómodamente, para complacerme. En subsiguientes sesiones, otros participantes hicieron un uso menos estructurado de la propuesta sin la necesidad de que yo indique nada respecto al caos. Yo entendí rápidamente que algo había sucedido en el campo clínico y necesitaba una segunda mirada sobre ello (Baranger 2020).

En conversación con mi supervisora es que pude tomar conciencia de haber superpuesto lo propio sobre lo otro, es decir, haber proyectado una inquietud o expectativa personal en vez de permitir y sostener las propias proyecciones de los participantes sobre el soporte. Gracias al espacio de supervisión pude usar esta ‘falla’ mía como oportunidad para dinamizar el proceso, sin retaliaciones sobre mi rol o sobre los participantes.

Supervisar mi trabajo en el centro me permitió desempeñarme con tranquilidad en mi rol y crecer como arteterapeuta aprendiendo de la experiencia, ampliando mis observaciones y puliendo mis intuiciones.

En algunas líneas de trabajo se busca aprender a “actuar como terapeuta”, pero en todo momento mi supervisora veló por ayudarme a integrar mi trasfondo de psicólogo formado en psicoanálisis, con mi sensibilidad artística y mi propio estilo. Me recuerda a cuando Winnicott, hablando de crianza, distingue entre padres que buscan actuar como tales, y padres que logran criar y a la vez ser ellos mismos:

Hay que hacer una mención especial sobre este “ser ella misma” porque se debe separar a la persona del hombre o la mujer, la madre o la enfermera, que está actuando un papel, tal vez bastante bien a veces, y tal vez bien por haber aprendido a cuidar a bebés leyendo libros o en una clase. Pero esta actuación no es lo suficientemente buena. El infante sólo puede encontrar una presentación clara de la realidad externa siendo cuidado por un ser humano que se dedique al infante y a la tarea de cuidarlo. La madre saldrá de este estado de devoción fácil, y pronto volverá a la oficina, o a escribir novelas, o a una vida social junto con su esposo, pero por el momento está en eso hasta el cuello. (2016b, p. 88)

Winnicott continúa señalando que “ser uno mismo” significa ser humano, y luego menciona que como seres humanos muchas veces nos equivocamos y fallamos. Y las personas que acompañamos necesitan que seamos humanos y fallemos, para crecer y también para sanar. Dice que la paradoja reside en que son esas fallas las que comunican a aquellas personas con las que trabajamos el mensaje de que somos confiables. Winnicott (2016a) concluye poniendo las siguientes palabras en boca de una madre: “Soy confiable, no porque sea una máquina, sino porque sé lo que estás necesitando; y me importa, y quiero intentar brindarte lo que necesitas.” (p. 97–98) Este tipo de comunicaciones son silenciosas y eficientes, en la medida en que se repare en tiempo y forma la falla.

El espacio de supervisión en el proceso de devenir terapeuta me ha permitido trabajar siendo yo mismo, me ha permitido equivocarme sin miedo y me ha ayudado a reparar esas equivocaciones en tiempo y forma, tal que continúe facilitando el proceso en juego.

Cuando se busca lo perfecto por sobre lo bueno es cuando comienza el sufrimiento psíquico. El núcleo de la problemática de las organizaciones borderline tiene que ver con no poder aceptar lo que no es perfecto. Frank Yeomans les llama “verdaderos espíritus románticos, porque buscan el ideal en cada detalle de las relaciones humanas, lo que es un grave problema, porque el ideal solo lo encontramos en las ciencias exactas” (comunicación personal, 4 de agosto del 2017).

Recuerdo a mi analista comentar que en inglés la mención de que algo es “good enough” tiene un matiz sutilmente más peyorativo que en español. Cuando alguien dice “good enough”, es más cercano a “más o menos” que a “suficientemente bien”. La traducción al español de la idea de lo suficiente, paradójicamente, está algo romantizada. Lo que invita a pensar cuán fuerte es la tendencia a no satisfacernos con lo suficiente.

Más allá de los matices de la traducción, que considero muy importantes, la idea de lo suficiente delimita un campo de problemáticas muy actuales. Lo no suficiente se experimenta de formas muy diferentes según los niveles de organización de la personalidad. Creo que podría trazarse toda una psicopatología relacional teniendo partiendo de las formas de experimentar lo no suficiente.

En la clínica constantemente escuchamos la forma en que las personas vivimos lo suficiente: “no me siento suficientemente capaz”, “querida”, “buscado”, “acompañada”, etc. En ocasiones yo mismo me encuentro preguntándome, ¿cómo puede esta relación terapéutica acompañar a que esta persona vea medio lleno el vaso que ve medio vacío?

La genialidad de la clínica winnicotteana es brindar los elementos para pensar y abordar estas preguntas.

Considerando un marco más amplio que la psicopatología, el filósofo Byung Chul Han se refiere al sujeto contemporáneo como sujeto del rendimiento, que tiende a la autoexplotación, y para quien nunca nada es suficiente. Como dice Raimundo Guerra, "se está predicando tolerancia al otro todo el tiempo, pero no hay tolerancia a sí mismo." (Comunicación personal, 17 de diciembre del 2022) La propia lógica del mercado de consumo es que nada sea suficiente, dado que lo que se busca es que las personas no dejen de consumir. Es una lógica anti-winnicotteana: "el going on consuming". Por eso es que Winnicott y su teoría del uso del objeto tienen la fuerza de un movimiento de resistencia frente al estilo de vida propuesto en la hipermodernidad.

La resistencia Winnicotteana y la ética de trabajo

He mencionado que las exploraciones de Winnicott en torno a lo suficiente delimitan una ética. Como paciente co-construimos con mi analista una suerte de adagio winnicottiano para el terapeuta: "las personas que tocan a la puerta de la consulta siempre quieren dar un paso para estar mejor, pero no se animan a hacerlo solas, necesitan de un acompañamiento específico". Puede que no tengan idea hacia donde dar ese paso, o que estén profundamente asustadas. Pero todo paso conlleva un momento en que se pone en juego el equilibrio. No se puede caminar sin poner en riesgo, por un instante, el equilibrio. Y cuando estamos aprendiendo a caminar, solemos necesitar que alguien esté ahí al lado, para tomar su mano tendida en caso de perder mucho el equilibrio. Esta es la imagen que he pintado en mi mente cuando pienso en el espacio terapéutico como un "ambiente facilitador". Creo que la clave está en ese acompañamiento específico, que puede ser de lo más variado. En este punto sigo a Roussillon, que, con un espíritu muy winnicottiano menciona que debemos "oír el juego subyacente en los procesos transferenciales, poder oír a través de esos procesos qué forma de juego busca un terreno apto para desplegarse, qué juego está potencialmente presente en un no-juego manifiesto." (2019 p. 185)

Para Phillips (2007), este modo de Winnicott es una voz contracultural en la actualidad (pg. 11), representa un movimiento de resistencia contra el culto a la personalidad, las terapias rápidas y las teorías definitivas. Por el contrario, vela por una forma de ser propia [a personal way of being], que nada tiene que ver con el *self-made man*. Pienso que la

teoría del uso del objeto (Winnicott 1991) define muy gráficamente esa resistencia, ese camino hacia una vida para uno mismo, al decir de Marion Milner.

En un primer momento entendí esta teoría de una forma bastante literal: en ocasiones usamos a las cosas o personas del mundo (objetos) de forma idiosincrática. Ponía el acento en ese uso no-estereotipado, vinculando lo estereotipado a lo reactivo y el falso self. Ahora bien, en ese momento no reparaba en absoluto a la mención que hace Winnicott sobre la "ruthlessness" implicada en la posibilidad de acceder al uso del objeto, que se traduce como crueldad o uso despiadado. ¿Qué tendrá que ver la agresividad de un uso despiadado con un uso espontáneo?

En el curso de mi análisis me encontré un día jugando a inventar una teoría sobre una "desconsideración esencial". Ser desconsiderado no es algo meramente pasivo, sino que conlleva un monto de agresividad. Esa necesidad que tenemos por momentos de ser francamente desconsiderados con lo que piensa, siente o dice el otro, para poder hacer lugar a los propios sentimientos, pensamientos o palabras. Un amigo de la infancia, cuando éramos adolescentes, lo resumía diciendo que agregaría uno a la lista de los diez mandamientos: "uno puede y debe mandar a la mierda a su madre". Es más fácil decirlo cuando la persona ha tenido una buena madre, pero qué difícil que es ser desconsiderado con una mala madre, cuando se siente que es lo único que se tiene y que puede no sobrevivir a esa agresión.

Más adelante logré darle un aire filosófico a mi teoría de la desconsideración esencial. Soy un asiduo visitante de museos y galerías, y si bien suelo disfrutar las visitas, en ocasiones me dejan un sabor agrídulce. Reflexionando, descubro que a veces las obras colgadas en los museos las siento muertas: en fila una al lado de la otra, en un clima silencioso y solemne, con una demarcación para no acercarse demasiado, y ese cartelito a un costado cuál inscripción lapidaria "Sin título, Juan de los Palotes, Óleo sobre tela, 1925". No se pueden oler, tocar, rodear, hacer sonar. Así di con Giorgio Agamben y su libro *Profanaciones* (2013), en el que habla de algo parecido y lo llama la "museificación" del mundo, donde todo parece estar detrás de una vitrina, o que las cosas solo se pueden consumir y no usar. Y lo que se consume no provee una experiencia, contrario a lo que enseñan en las academias de marketing. Lo que promueve una experiencia es esa particular modalidad relacional que es el uso según Winnicott. Ese uso, en términos de Agamben, implica una profanación. Es como un reclamar algo que se había sustraído del mundo y reservado solo a los dioses, y devolverlo al mundo humano.

Esto que llegué a entender como profanación, o desconsideración esencial, no es otra cosa que ese fenómeno que sucede cuando se coloca despiadadamente a un objeto

fuera del área de la ilusión de omnipotencia, y el objeto sobrevive, entonces sobreviene un nuevo amor por ese objeto, y la posibilidad de su uso para desarrollar el propio idioma personal (Bollas 1993). Eso que un niño logra espontáneamente cuando es acompañado de una madre suficientemente buena es lo que muchos adultos intentamos reconquistar, con dificultad, frente a las condiciones de vida de la hipermodernidad.

La idea de una desconsideración esencial implica un movimiento que recupera algo de esa agresividad que viene de la vivacidad del cuerpo, pero en vez de ser un movimiento que pone al objeto más allá de la ilusión de omnipotencia, sería un movimiento que pone al objeto más acá del reinado del falso self y la realidad objetivamente percibida.

Conclusión: un Winnicott para nosotros

A lo largo de este texto he explorado los distintos matices que las teorías de Winnicott han tenido para mí a nivel personal y especialmente lo importante que ha sido a la hora de devenir terapeuta. Su forma de jugar ha abierto mi propio juego, un juego serio cuando se trata de la práctica clínica, donde se juega lo que hace que vivir valga la pena. El fruto de ese juego es un profundo agradecimiento hacia todos los autores como él, y a todos los profesores, terapeutas y pacientes que me han soportado. Espero poder ejercer la clínica desde ese agradecimiento esencial.

Por último, según Angela Joyce y Leslie Caldwell (2011), referentes actuales sobre el pensamiento de Winnicott, este autor se pregunta por la posibilidad de una buena vida, o al menos una vida suficientemente buena. Esta pregunta no puede ser más pertinente en este siglo. Ojalá que este Winnicott para mí sea también un Winnicott para nosotros, que nos ayude a seguir pensando en una vida suficientemente buena como sociedad, a partir del juego con sus teorías.

REFERENCIAS

- Agamben, G. (2013). Elogio de las profanaciones. En *Profanaciones*. Adriana Hidalgo: Rosario.
- Baranger, M., Baranger, W., y Mom, J. (2020). Proceso y no proceso en el trabajo analítico. En *Los Pioneros Del Psicoanálisis Sudamericano* (Lisman-Pieczanski, N., ed.). Routledge.
- Bollas, C. (1993). *Fuerzas de destino: psicoanálisis e idioma humano*. Paidós.
- Bollas, C. (2004). *Dark at the End of the Tunnel*. Free Association Books.
- Bollas, C. (2012). *The christopher bollas reader*. Routledge.

- Caldwell, L., & Joyce, A. (Eds.). (2011). *Reading winnicott*. Routledge: UK
- Coderch, J. (2013). El Psicoanálisis Relacional a la luz de la teoría de los sistemas intersubjetivos dinámicos y no lineales. *Clínica e Investigación Relacional*, 7 (3): 538 - 554.
- Eigen, M. (2018a). *The electrified tightrope*. Routledge.
- Eigen, M. (2018b). *The birth of experience*. Routledge.
- Escudero, J. A. (2009) *El lenguaje de Heidegger*. Barcelona: Herder.
- Ghent, E. (2014). Masoquismo, sumisión y rendición. Masoquismo como perversión de la rendición. *Revista Clínica e Investigación Relacional*, 8, 67-93.
- Haya, V. (2014). *Aware: Iniciación al haiku japonés*. Kairós.
- Heidegger, M. (2012). *Arte y poesía*. Fondo de Cultura Económica.
- Jeffers, O. (2007). *El increíble niño comelibros*. Fondo de Cultura Económica.
- Orange, D. (2013). *El desconocido que sufre: Hermenéutica para la práctica clínica cotidiana*. Cuatro Vientos.
- Phillips, A. (2007). *Winnicott*. Penguin: UK.
- Rilke, R. M. (2021). *Cartas a un joven poeta*. Nordica.
- Roussillon, R. (2019). Pluralidad y complejidad en psicoanálisis. *Revista de Psicoanálisis*, 76(04).
- Schaverien, J. (1999). *The revealing image: Analytical art psychotherapy in theory and practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Slavin, M. O. (2015). "Necesitamos Arte para así no Morir de la Verdad". Una Perspectiva Existencial-Adaptativa del Arte, la Música y la Psicoterapia. *Clínica e Investigación Relacional*, 9 (3): 595-616.
- Winnicott, D. W. (1930) Mental Hygiene in the pre-school child, no publicado.
- Winnicott, D. W. (1945). Desarrollo emocional primitivo. *Escritos de pediatría y psicoanálisis*, 26(3-4), 137-143.
- Winnicott, D. W. (1954). Mind and its relation to the psyche-soma. *British Journal of Medical Psychology*, 27(4), 201-209.
- Winnicott, D. (1963). La ética y la educación. *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Paidós: Buenos Aires.
- Winnicott, D. W. (1965) *El proceso de maduración en el niño*. Laia: Barcelona
- Winnicott, D. (1993). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Paidós: Buenos Aires
- Winnicott, D. W. (1991). Sobre " el uso de un objeto". En *Exploraciones psicoanalíticas I*. Paidós: Buenos Aires.
- Winnicott, Donald W. (2016a). Communication Between Infant and Mother, and Mother and Infant, Compared and Contrasted. En *The Collected Works of D. W. Winnicott: Volume 8*. (Caldwell, L. y Taylor H., eds.). Oxford Academic.

Winnicott, D. W. (2016b). From Dependence Towards Independence in the Development of the Individual. En *The Collected Works of D. W. Winnicott* (Caldwell, L. y Taylor H., eds.). Oxford Academic.

Winnicott, D. W. (2021). *The child, the family, and the outside world*. Penguin UK.

Original recibido con fecha: 15/4/2023

Revisado: 18/5/2023

Aceptado: 30/9/2023