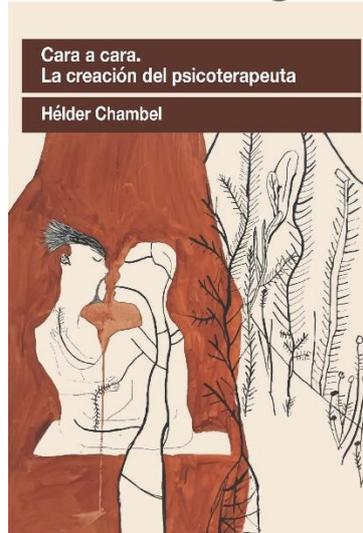


RESEÑAS

Reseña de la obra de Hélder Chambel, "Cara a cara. La Creación del psicoterapeuta". (Madrid: Ágora Relacional, 2023)¹

Catarina Bray Pinheiro

PsiRelacional – Lisboa

Hélder Chambel se sitúa en una clínica relacional donde la subjetividad se afirma como fuente primordial. Muestra cómo ha convertido su relacionalidad en un psicoterapeuta en construcción. Al hacernos lectores participantes, Hélder nos invita a pensar. Estamos de acuerdo o en contra, en un intercambio vivo. Así lo sentimos en la descripción de los casos clínicos y también en la relación que establece con sus autores, incluso con aquellos con los que discrepa, en animados debates.

Comparte su trayectoria y muestra lo que ha descubierto desde los días en que se sentía aislado trabajando en un centro de salud. Esto me lleva a pensar en cómo la corriente psicoanalítica es ahora, más que hace unas décadas, una contracultura en los servicios sanitarios, sobrecargados por el peso de lo biológico.

Hélder dice que construye más "con la experiencia relacional terapéutica que con los libros" (p. 16). Pero nos damos cuenta de que ha leído mucho, absorbiendo una teoría que no

¹ **Cita bibliográfica / Reference citation:**

Bray Pinheiro, C. (2023). Reseña de la obra de Hélder Chambel, "Cara a cara. La Creación del psicoterapeuta". *Clínica e Investigación Relacional*, 17 (2):680-685. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2023.170224

está disociada de su forma de estar en la clínica. Mantiene nuestra atención cuando habla de sus pacientes. Su escritura es clara e intersubjetiva. Pero vemos lo exigente del camino, hecho de subidas de alta montaña, con pérdida de oxígeno en los puntos álgidos, en el vértigo de otros desfiladeros con abismos asomando. Siempre buscando abrir nuevos caminos.

El libro comienza con el relato de tres casos clínicos, y luego nos adentramos en la aventura que es la creación de un psicoterapeuta. Seguimos estas vidas en el suspense en que nos deja la escritura, porque sabemos que hay momentos límite de los que tal vez nunca volvamos. Pero Hélder, psicoterapeuta con esperanza, nos habla del factor curativo de la relación. Nos damos cuenta de cómo se deja tocar, de lo atento que está a lo que oye, pero también a lo que siente, a lo que pasa por su mente, a los sueños de sus pacientes y a los suyos propios, cara a cara, cuerpo a cuerpo. Se relee y se confronta, como cuando diez años después revisita el caso de Sara (capítulo 1) a partir de lo que ha creado en su identidad psicoterapéutica. En los casos clínicos aparecen personas que aportan una fragilidad esencial, la que identifica en sí mismo, en todos nosotros, una condición humana hecha de inseguridad y vulnerabilidad.

Hace poco leí la novela "A Estrada" de Cormac McCarthy (2006), una narración conmovedora que nos lleva a pensar en nuestras vidas, en nuestros análisis y en ser psicoterapeuta como quien lleva el fuego. Un padre y su hijo caminan solos por un paisaje desolado hecho de gris y viento, amenazas, bandidos, hambre y frío. Todo el ambiente es de absoluto desamparo, si no fuera por el afecto entre padre e hijo, el fuego que portan, que les mantiene vivos. Caminan hacia el sur, una geografía en la que depositan su esperanza, aunque no saben qué les espera, ni si les espera algo. Es la misma incertidumbre que existe en la psicoterapia, un viaje que se emprende sin saber dónde se va a acabar, si se va a acabar, como dice Hélder. Me disgustaba el mantra "todo irá bien" utilizado durante la pandemia, cuando tantas cosas iban mal y la incertidumbre era enorme. En el libro, el padre le dice a su hijo, en las situaciones más desesperadas, que todo irá bien. Me parece que esto es algo que Hélder transmite a sus pacientes, sin decirlo. Incluso cuando responde a su paciente Diana (capítulo 5) durante la pandemia, no que todo irá bien, sino que no lo sabía. Un psicoterapeuta inseguro que se abre a su/nuestra vulnerabilidad.

Pero psicoterapeuta con fe, con la esperanza durante la pandemia de que nos transformaríamos y crearíamos un mundo mejor. Estamos muy lejos de eso. Como leemos en este libro: cuando el trauma no encuentra una voz, y más aún un oído que lo escuche, se disocia. Tras la pandemia, hemos vuelto a una sociedad maníaca, acentuando su estilo frenético, negando una vez más, quizá aún más, nuestra vulnerabilidad. Como dice Hélder, fue una época traumática, "quizás hoy ya no recordamos bien lo que vivimos en aquella época. Quizá lo hemos disociado" (p. 93, nota a pie de página).

Pero Hélder busca integrar lo disociado, reflexionando sobre la pandemia (capítulo 5) subraya la importancia de la realidad exterior y la respuesta singular de cada uno. Así, " cada uno de nosotros experimenta las dimensiones traumáticas que la realidad impone según su subjetividad" (p. 97). Si la realidad existe, como nos recuerda este libro a cada instante, nosotros somos ese dentro-fuera entrelazado. Funcionamos como el anillo de Moebius que los matemáticos llaman "objeto no orientable", porque no es posible determinar qué parte está arriba o abajo, y cuál está dentro o fuera. Si sólo nos centramos en el mundo interior, corremos el riesgo de alienarnos; si sólo miramos al exterior, empobrecemos un registro fáctico y aniquilamos la subjetividad. Hemos disociado, olvidado los días de la pandemia, la incertidumbre, las muertes, la soledad. Sin embargo, Hélder subraya que hay un olvido que permite que la vida continúe, como la época en que la mortalidad infantil era brutal, y la gente ya no reaccionaba ante el anuncio de la muerte de un niño más. "¿La gente se acostumbra a tanta muerte? Es posible". (p.106).

En relación con el efecto Mariposa (capítulo 6), Hélder se pregunta: "No sé si hemos pensado suficientemente bien cómo trabajar con los entornos en los que están insertas las mentes de nuestros pacientes y cómo se puede pensar esto en la relación terapéutica" (p. 108-109). Toda práctica y teoría surge de una ecología determinada, lo que recuerda la frase de Ortega y Gasset: "Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo, no me salvo yo". La segunda parte de esta cita suele olvidarse, aunque es fundamental. ¿Cómo podemos transformar nuestro entorno?

Hélder toca temas controvertidos y poco debatidos. Por ejemplo, aboga por no pagar las ausencias a las sesiones. Paradójicamente, en una sociedad que sobrevalora el capital, hay mucho silencio en torno a las cuestiones del dinero. En mi práctica pública y privada, he intentado reflexionar sobre las diversas capas que encierra este tema. Me recuerda a G. Levy (2002) cuando escribe sobre la práctica clínica en los servicios públicos, hablando del problema de lo impagable, la demanda de lo impagable. Situaciones en las que el dinero no cumple su función de mediador en la relación entre el sujeto y el otro. Porque el acto de pagar y recibir muestra cómo cada persona es carente, única y singular. La ritualización del pago en la práctica privada puede obliterar este problema, inscribiéndolo como la enunciación de una regla arbitraria, desubjetivadora y persecutoria. La ausencia de pago en la práctica pública también elimina este conflicto, que puede permanecer silenciado. Como la paciente que ofrece un café a su psicoterapeuta, porque "Sara nunca pagó por ninguna de las consultas que tuvo conmigo. Sara fue tutelada por un servicio público" (p. 42).

Lo más importante es no tender hacia una regla única, sino ver el contrato como un compromiso recíproco. "La mutualidad o reciprocidad conduce a un proceso más "democrático" que requiere una negociación permanente, no sólo en términos de dinámica

relacional, sino también en términos prácticos: negociación de horarios, precios de las sesiones, periodicidad, pagos, etc." (Capítulo 7, p.144). No hay reglas garantizadas a priori, porque todos somos psicoterapeutas inseguros, sin certezas.

A lo largo del libro, Hélder cuestiona el *satus quo* y expone abiertamente sus posiciones clínicas, teóricas y políticas. Defendiendo la elasticidad del encuadre, menciona que durante un tiempo tuvo sesiones de más de una hora con Sara. Critica el dogma de que el psicoanálisis sólo tiene lugar cuando el paciente se tumba en el diván, afirmando que su trabajo con esta paciente fue "cara a cara, fue psicoanálisis relacional, o nuestra expresión facial no es uno de nuestros mayores medios de comunicación interpersonal" (p. 45). Cuestiona así los prejuicios imperantes en el mundo psicoanalítico. ¿Qué es el psicoanálisis o la psicoterapia? ¿Qué es regla o dogma? ¿Qué es cuidado o imposición?

Con el caso de Mariana, cuya existencia quedó suspendida tras la muerte de su hija, muestra cómo la "subjetividad del terapeuta es co-determinante de lo que ocurre en la psicoterapia" (p. 49). Muestra cómo nuestra condición humana se basa en una base inevitablemente insegura, y que lo que podemos construir con el otro es una base "suficientemente segura".

En el caso de João (Cap. 3), habla de la importancia de la implicación emocional del psicoterapeuta y de las agendas ocultas que surgen misteriosamente. Salvar a este paciente fue también "salvar a mi abuelo João de la muerte y hacer feliz a mi madre (...) Ayudamos a los pacientes y ellos muchas veces nos ayudan a nosotros, dan sentido a nuestra profesión, a nuestra vida" (p.63).

Hélder menciona repetidamente la enorme incertidumbre inherente a cualquier proceso psicoterapéutico. Nunca sabemos lo que nos espera tras la curva del camino: un accidente, un gato que corre, un campo florido, un perro perdido, las largas rectas del Alentejo que nos conducen al Algarve de Hélder, paisajes que marcan nuestra piel y las expresiones de nuestros rostros. "La complejidad de la psicoterapia me permite lidiar con mí no saber, me explica por qué no sé, ni puedo saber" (p.129). No escribo para decir lo que sé, dicen los poetas. Escriben para descubrir lo que aún no saben.

Hélder hace hincapié en las diferencias, divergencias y contrapuntos entre Freud y Ferenczi, el psicoanálisis clásico y el psicoanálisis relacional. De este modo, aclara su posición teórica y clínica. Colocó los retratos de estos dos psicoanalistas en la pared de su consulta, sin perderlos nunca de vista. Me pregunto por los elementos de continuidad. Freud también hablaba del desamparo originario, de los sueños, de la red de repeticiones, de la curiosidad por el otro. También era un analista en formación, que discrepaba consigo mismo en varios puntos de desacuerdo, como quien descubre un nuevo continente. Dimensiones que también

pueblan la escritura de este libro. Recuerdo que C. A. Dias, psicoanalista que influyó en varias generaciones de clínicos en Portugal, describió a Freud como el elefante que se abrió camino en la selva, dejándonos como legado un terreno fértil. Hélder menciona cómo Freud fue el inventor de la "relación humana con fines terapéuticos" (p.155), creando nuestra profesión. Y pienso en tantas otras influencias: los conceptos kleinianos tan presentes en nuestro léxico. Bion, Searls, Green, Ogden y tantos otros. La teoría como una especie de matrioska donde una serie de conceptos se encuentran unos dentro de otros, en lo que puede llegar a ser una fértil simbiosis.

El psicoanálisis o la psicoterapia contemporánea ya no viven bajo la restricción de la neutralidad. Hoy tenemos un acceso diferente a lo relacional, al campo, a este arte del encuentro, como Hélder subraya a lo largo de sus textos, que tienen este hilo de intersubjetividad que los une. Dentro de esta gran matrioska que es la teoría psicoanalítica, Hélder toma algunos conceptos y los elige principios organizadores de su trabajo psicoterapéutico, rechaza otros, algunos aparecen transformados como "nuestra base suficientemente segura", otros parecen estar siendo descubiertos en un *work in progress*. Profundiza en los conceptos, su historia, su actualidad y lo que espera de ellos en el futuro.

Encuentra a Ferenczi allanando el camino para el psicoanálisis relacional, en la búsqueda de una clínica elástica que se adapte a las necesidades del paciente, "de afecto, comprensión y aceptación de sus sentimientos, de sus verdades." (p.74). El desarrollo de un clima de confianza y disponibilidad contrasta con el distanciamiento de las reglas clásicas. Valora la clínica intersubjetiva, la mutualidad y la conexión emocional. Destaca el papel del "trauma como elemento decisivo en el desarrollo humano" (p.79).

Hélder dice que en la época de Freud el modelo científico primaba sobre el religioso, y que hoy estamos en una época que desafía la verdad basada en leyes universales, conociendo su relatividad. Creo que aún vivimos mucho en la búsqueda de certezas, en prácticas clínicas que defienden la ciencia "basada en la evidencia". La ciencia positivista, de verificación empírica, llena las revistas científicas que legitiman el apoyo financiero que hace viables ciertas prácticas públicas, mientras impide otras. Un modelo científico que quiere ser objetivo y acusa al modelo dinámico de "subjetivo", entendiendo como sesgo lo que Hélder no se cansa de decir: la gran riqueza de una clínica que está hecha del encuentro entre subjetividades. En este sentido, es fundamental recordar este principio de incertidumbre, perspectivas intersubjetivas que aún están silenciadas en muchos contextos.

Por eso este libro es tan importante, porque habla precisamente de la necesidad de valorar una práctica clínica humanizada. Como dice Hélder, "no es posible tener una determinada

actitud relacional o técnica terapéutica y aplicarla a todos los pacientes con los mismos resultados" (p. 117).

La construcción de un "self terapéutico" (capítulo 7) es una tarea que dura toda la vida. Lo que importa es mantener vivo el debate, "todos podríamos ser como Freud y Ferenczi y discutir todas las cuestiones de nuestra profesión en una tensa amistad de compañeros con opiniones diferentes" (p. 155). Este libro nos desafía, estimulando nuestra reflexión para que no nos durmamos en prácticas estandarizadas. Este libro es una invitación a una clínica viva y revitalizante.