

Editorial

De cómo comenzó mi periplo por la Psicoterapia Psicoanalítica y la gran influencia causada por el Instituto de Psicoterapia de orientación Psicoanalítica y Antropología (IPSA-Levante)

Fue hace seis años cuando conocí a Raimundo. De repente, llamó mi atención un curso de Medicina Psicosomática y Psicología de la Salud que se iba a impartir. Enseguida me di cuenta de que podía ser gratamente interesante y me matriculé. Raimundo era el que impartía esa especialidad y unos años después me confesó que le llamó la atención que yo sólo escuchase y no interviniese nunca y que “parecía que no tenía mucho tono” y cuando leyó mi trabajo de final de curso, se comenzó a percatar de que estaba teniendo unos *insights* que me tenían constantemente reelaborando el material que él nos iba transmitiendo. Ese trabajo me supuso un grandísimo esfuerzo, pues, en la Facultad de Psicología de Valencia, yo no había estudiado nada parecido, pero, abrió las puertas a mi curiosidad de aprendizaje y por supuesto, Raimundo, que siempre está muy atento, me reclutó en sus filas y allí continuó.

Cambié de modo de trabajar. Pensé: “no puedo desaprovechar ésta oportunidad” y comencé a formarme en Psicoterapia Psicoanalítica.

Que el Instituto de Psicoterapia de orientación Psicoanalítica y Antropología, se halla ubicado en Valencia, ha significado un avance enorme en nuestra cultura psicoanalítica. La transmisión del método del Profesor Luis Cencillo, la Psicoterapia Dialytica, conocer su obra fue catártico. El Principio de base es que: “Todo ha de orientarse a crear disposiciones favorables en el paciente, no a la autoafirmación narcisista del terapeuta”. Raimundo siempre nos ha hecho mucho hincapié en que adaptemos el método al caso y no al contrario. El paciente es un ser dinámico, el terapeuta dializa la información para ofrecérsela y que el paciente, realizando su proceso de experiencia vivida y con una contemplación reflexiva, haga que los conceptos abstractos se conecten con la realidad que él ha experimentado, cree su propia ética autógena y consiga adquirir una buena salud mental.

Añadir la Antropología a nuestra visión psicoterapéutica es una perspectiva muy interesante para la comprensión del ser humano de forma integral y descubrir como se comporta en sociedad. La Antropología es intimidad. Raimundo nos ha hecho ver que estamos viviendo en una sociedad muy narcisista, donde el acoso moral está siendo demasiado común en las empresas, en las familias y en las relaciones sociales en general.

El primer libro que leí de Raimundo fue: “Este no es un libro de autoayuda. Tratado de la suerte, el amor y la felicidad”. Lo terminaba de editar en ese momento y descifraba como nuestra salud mental es imprescindible para tener unas buenas relaciones con el entorno y para el encuentro de una persona adecuada que nos acompañe en nuestra vida. Nos explicaba las afectopatologías del amor y me hacía ver el porque de que: “Quien no tiene pareja, la quiere, y quien la tiene, ya no la desea”. Veo claro que nuestra sociedad está muy necesitada de mayor salud mental y bienestar psicológico.

Nos ha hecho ver que el ser humano nace con un “desfondamiento” y que es la cultura la que va a cimentar nuestra vida y él predica con el ejemplo. El Instituto que crearon hace ya 10 años, el Dr. Guerra y la Dra. Jiménez, tiene un propósito de enseñanza sólida de la Psicoterapia Psicoanalítica que pretende darnos una madurez intelectual que nos dará libertad de elección en nuestra vida, y va más allá de nuestro

trabajo. Las jóvenes generaciones que se formen con ellos van a tener la posibilidad, si aprovechan esta oportunidad, de tener una vida infinitamente mejor de lo que jamás hubiesen imaginado. Todos tenemos frustraciones, traumas, vivencias desagradables (no hay más que ver como nos revolvemos en clase cuando el tema que se trata nos toca de lleno), ellos nos ofrecen también la oportunidad de hacer nuestro análisis vital y en el terreno laboral, la supervisión de casos problemáticos. Silvia siempre intenta transmitirnos su amor por la investigación, que no seamos seres alienados y que aumentemos nuestra creatividad. Los Psicoterapeutas no estamos reñidos en absoluto con la ciencia. El Dr. Santiago Ramón y Cajal, premio Nobel de Medicina en 1906, nos dijo: “Todo ser humano, si se lo propone, puede ser escultor de su propio cerebro”, “Las palabras, por sí solas, activan los núcleos amigdalinos, pueden activar los núcleos del miedo que transforman las hormonas y los procesos mentales. Cuando la persona consigue reducir esa cacofonía interior y entrar en el silencio, las migrañas y el dolor coronario, pueden reducirse un 80%”.

La Psicoterapia produce cambios estructurales en el cerebro, da sentido a nuestra vida, aprendemos de todos esos miedos que tenemos y nos devuelve a la realidad, en lugar de nublarla con fármacos. Ahora se están estudiando los cambios metabólicos que se producen en el cerebro tras un tratamiento psicoterapéutico. Se podrán evaluar las ideas psicodinámicas con la neuroimagen.

Cuando comencé con IPSA la Formación de Psicoterapia de orientación Psicoanalítica, leí mi primer libro del profesor Luis Cencillo: “Lo que Freud no llegó a ver. – Una Terapia Eficaz –”, en el que nos enseña su método diáfano y breve para promover el cambio en el paciente y nos explica a los Psicoterapeutas que en el posicionamiento exploratorio del caso se ha de trabajar “sin memoria ni deseo”, esta frase me llamó mucho la atención e intento tenerla muy en cuenta cuando trabajo. Merece la pena hacer un recorrido, tanto por la obra del profesor Cencillo, muy prolífico, como por la de su discípulo, el Dr. Guerra, que también lleva camino de serlo.

He disfrutado con las lecturas seleccionadas en las formaciones. En la formación en Psicopatología Dinámica y Patología Psicosomática, se estudian los trastornos de personalidad desde una estrategia psicodinámica integrativa que nos da la oportunidad de entender a la persona, además de tratar la enfermedad y en cuanto a los trastornos psicosomáticos, tener en cuenta el elemento cognitivo, máximo respeto y atención a las quejas del paciente, utilizar el efecto injerto, una actitud pedagógica, trabajo sobre las cogniciones y sobre la naturaleza de los conflictos y la dinámica consciente-inconsciente de los síntomas y de la etiología de estos. Tenemos que tener muy en cuenta que el paciente psicosomático está utilizando el mecanismo del desplazamiento sobre el cuerpo, creando lesiones y disfunciones en éste para evitar el sufrimiento psicológico y que tendremos que estar en contacto con el médico porque después el síntoma tiene su propia autonomía y beneficio secundario. La relación paciente-terapeuta es en sí misma curativa, se podría considerar imprescindible en pacientes con grave déficit estructural del self y de su funcionamiento psíquico, por ello nos recuerda Raimundo que los psicoterapeutas tenemos que ser genuinos.

Todo en las formaciones que he realizado con el Instituto ha sido gratificante para mí, como persona y como psicoterapeuta y animo a todo el que tenga pasión por su trabajo y ganas de vivir de una manera equilibrada a que las realice y disfrute con sus aprendizajes.

El lugar adecuado determina la calidad de la morada.

La profundidad establece la calidad del pensamiento.

El amor y la bondad fijan el trato con los demás seres.

La sinceridad precisa la calidad de las palabras.
En el orden se manifiesta la categoría del gobierno.
El saber hacer determina la calidad de la obra.
El momento adecuado establece la condición del movimiento.
Si no combates contra nadie,
estarás libre de todo reproche.

(Tao Te Ching)

Amparo Cervera Pascual

Especialista Universitaria en Medicina Psicosomática
y Psicología de la Salud