

SOBRE LAS VIVENCIAS DE PROFESIONALES PSI Y SUS APORTES

PROFESSIONAL EXPERIENCES ABOUT PSI AND ITS CONTRIBUTIONS

Rodrigo Córdoba Sanz

Psicólogo y Psicoterapeuta

Máster en Psicología Clínica y Psicoterapia por la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia

Resumen: El texto comienza explicando una trayectoria de formación profesional en el ámbito de las ciencias "psi" y las humanidades. Desde ese campo se explican las vivencias que llevaron al autor a desarrollar los propios, necesarios y comunes cambios de enfoque personal y profesional para conseguir estar cómodo en el trabajo terapéutico. A continuación, se explica la trayectoria de profesionales consagrados y más o menos famosos que han ido inspirando al autor en su desarrollo personal y profesional. Mencionar la formación con los profesionales de Alcalá de Henares y la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología Médica, ahora Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia. Esta última fue un punto de inflexión para la apertura a nuevos campos del saber y a otros modos de vivenciar la Psicoterapia.

Palabras clave: ciencias "psi", desarrollo profesional, psicoterapia

Abstract: The text starts with an explanation of the author's professional training career in the area of the sciences "psi" and the humanities. From this point of view, the author details the experiences that led him to face up to his own changes of personal and professional approach. For the author, these changes have been essential to manage to be comfortable in the therapeutic work. Later, the author explains several established and more or less famous professionals' careers, who have inspired him in his personal and professional development. The Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia has been a new inflection point to open new branches of knowledge and to experiment new ways of Psychotherapy.

Keywords: sciences "psi", professional development, Psychotherapy

"Un modelo es importante, siempre que permita hacerse el propio" Carlos Castilla del Pino.

"El organismo tiene vida, el sujeto biografía" Carlos Castilla del Pino.

"Los intelectuales debemos mantener un escepticismo crítico ante cualquier forma de poder" Ronald

D.Laing.

INTRODUCCIÓN

Hace muchos años un profesional afincado en Zaragoza me dijo: "la elección de la profesión es por algo". Yo era un muchacho desorientado que venía de estudiar Químicas por satisfacer el deseo de mis padres, esto es, que yo perteneciera a los hombres de ciencia. Mis padres son médicos orgánicos y estandarizados en los postulados de la medicina basada en la evidencia, también en relación a la salud mental.

Antes de comenzar la Licenciatura de Psicología había leído libros de literatura, filosofía y psicología. Recuerdo a Herman Hesse, James Joyce, Franz Kafka, Ernest Hemingway (me fascinó *Por quién doblan las campanas*), Virginia Woolf, William Shakespeare; Nietzsche y Marx, como fenómenos críticos y, por otro lado, Pavlov, Skinner, Goleman y otros representantes de la ciencia basada en la evidencia. A Freud me lo habían pintado como una especie de gurú chiflado, con todo el respeto a los gurús, esta idea de Freud es un legado social transmitido por la ciencia. Cuando reposaba, escribía y reflexionaba en el Monasterio de Piedra.

Ronald D. Laing dijo: "La ciencia ha destruido el mundo". Mi impresión era de desapego, tal vez mi sensación general también lo fuese. Recuerdo que acudía por obligación de mis superiores, esto es, mis padres, a las clases de Químicas. Entre tanto me presenté por un amigo a un examen de Estadística y empecé a introducirme en los manuales de la Licenciatura de Psicología. Recuerdo leer absolutamente fascinado, con una voracidad insaciable. Aquello era algo relacionado con lo que andaba buscando. Comprender lo que había vivido, lo que estaba viviendo. No obstante, esos libros de Psicología General eran algo huecos.

Comencé a estudiar con mucho interés, dedicación y pasión. Recuerdo que tenía una vaga sensación de extrañeza con respecto a mí mismo y trataba de encontrar el *Santo Grial*, a lo Indiana Jones, a través de esas lecturas. Como me había señalado aquel profesional. Recuerdo que disfruté especialmente estudiando Sociología; fue una de las asignaturas en que saqué matrícula, aunque el único efecto que obtuve fue ahorrar a mis padres un dinero. No tuve elogios ni muestras de afecto. Debía satisfacer el narcisismo de mis padres. Claro, que en aquella época no podía dar nombre, ni significado, a esa vivencia de vacío.

Al mismo tiempo, comencé haciendo prácticas con un psicólogo conductista, experto en adicciones. Dedicaba muchas horas, muchísimas más de las necesarias. Allí, tuve la oportunidad de presenciar como co-terapeuta sesiones de psicología conductista. Todo se basaba en la modificación de conducta y en el empleo de cuestionarios diagnósticos que yo debía corregir e interpretar. Así estuve cuatro años. Dormía poco, tenía que estudiar. Sentía mucha presión y ese psicólogo me enseñó algunas cosas importantes. Sin embargo, el enfoque que él proponía me pareció, más tarde, vacío, algo

que no conectaba de una forma significativa con la persona. Es una forma de mercadotecnia de la Psicología. Debería estar contento de haber tenido esa oportunidad que me abrió puertas a estudiar libros de Psiquiatría, visualizar grabaciones de sesiones (recuerdo que entonces me impactó una persona con un Trastorno de Identidad Disociativo). Conocí a más psiquiatras, a psicólogos que practicaban la hipnosis y a un numeroso grupo de profesionales con los que alguna vez comí. Sentía que estaba compartiendo mesa con personas muy importantes.

Me apuntaba a más asignaturas de las que pertenecían al curso, porque iba con ciertas urgencias. Mi propósito era acabar cuanto antes la carrera y marcharme de casa. Como muchos jóvenes, pero probablemente con una motivación añadida de carácter imperioso. Afortunadamente, comencé un Máster con la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicología Médica que me deslumbró y me abrió puertas a la experiencia. Me inspiró a investigar y entender la psicoterapia en un sentido holístico, con el influjo del Psicoanálisis, la Teoría de la Comunicación, la Terapia Estratégica y otras formas del saber Psi que me encandilaron y que me inspiraron en lo personal y lo profesional: esto fue un acicate y la razón por la cual ahora estoy trabajando. Los profesionales de aquel Máster tenían distintos modos de pensar la psicología, la psicoterapia, el mundo. Además, era algo fascinante el que no solo aprendíamos teoría y técnica sino que nos movilizaba de tal manera que estábamos metabolizando aquellas cuestiones de la denominada Psicología Profunda y otros enfoques. Solo tengo muestras de agradecimiento a José Luis Marín, Mariano Betés y otros muchos, psiquiatras, psicólogos: personas con una inmensa calidad humana y experiencia profesional.

Tuve un episodio desafortunado en lo emocional que me hizo perder un curso, aunque acabé terminando en los años estandarizados. Ese episodio me llevó a conocer a un psicoanalista, derivado por el profesional del hospital donde estuve ingresado siete días con sus siete noches. En el informe de alta me daban por desahuciado y me derivaban a ese profesional psicoanalista porque era la única terapia que podía tolerar. Salí en un estado algo lamentable y me recibió esa persona. Fue un auténtico tormento. Aprendí mucho, fue una experiencia enriquecedora, transformadora, radicalmente virulenta. Ahora soy amigo de aquel psiquiatra que entonces yo veía como un monstruo.

Los profesionales que me habían atendido hasta entonces eran todos psiquiatras, porque mis padres pensaban que los psicólogos no saben tanto. Bien, dado el modelo psiquiátrico español, pueden imaginar que el tratamiento no fue precisamente psicoterápico sino “pastillero”. Por poner un ejemplo paradigmático del *establishment* puedo citar a Enrique Rojas, camarada del Opus Dei y escritor de refritos de autoayuda, pobre de mí, he leído un par de ellos. El que yo elegí daba buena cuenta de mi situación: se titulaba *¿Quién eres?*. El segundo me lo regaló años después una médico que estaba satisfecha con el trabajo que yo estaba desarrollando con las personas que me derivaba para psicoterapia. Éste segundo libro es relativamente reciente: *Adiós, Depresión*.

Entretanto, trabajé en lo que se suele llamar desafortunadamente reformatorio. Lo compatibilizaba con mis primeros pasos en la profesión y aprendí mucho de los chavales. No obstante, no estaba cómodo en ese formato carcelario, porque entonces ya tenía formación psicoanalítica y vocación humanista. Recuerdo que un día dije a uno de los más brillantes profesionales del centro: "Si me leo el libro de Foucault: *Vigilar y Castigar*, me marchó de aquí". Me acabé marchando, no encajaba. Y no había leído el libro en ese momento, solo lo empecé, fue suficiente. Para colmo, recuerdo a una entrañable paciente que me dijo: "se te ve muy cansado". Esto fue un signo más que me estimuló a marcharme y centrarme en mi verdadera vocación: atender a personas, no medicarlas hasta las cejas y encerrarlas. Para ser justo, también se hacían cosas muy hermosas. Todavía le pongo a mi mujer en el coche un disco que un muchacho gitano grabó en el centro con unos profesores de música. *Gritaremos Libertad*, cantaba ese chaval de padre heroinómano.

Posteriormente, tras mi pasada y metabolizada Metamorfosis, a lo Gregorio Samsa, trabajaba siguiendo los postulados psicoanalíticos técnicos de Etchegoyen, Bleger y la inspiración de Sigmund Freud, Melanie Klein, Anna Freud, Donald Winnicott, John Bowlby, Paul Watzlawick, Gregory Bateson, Ronald D. Laing, Thomas Szasz, Otto Rank, Sándor Ferenczi y un largo etcétera. No obstante, sentí que algo no funcionaba. Estaba adoptando una doctrina que para mí, no era natural; no me sentía cómodo conmigo mismo, no me sentía auténtico. Recuerdo que escribí: "El psicoanálisis es un falso self en beneficio del paciente".

Tras muchos años de análisis, rebeldía, tortas y besos a partes iguales, me despedí de aquel terapeuta que acabó siendo un padre bueno y me ayudó entre otras muchas cosas al "Proceso de convertirse en Persona", como dice un texto fundamental de Carl Rogers, dicho en otros términos: una transformación del Self. También me despedí de una Institución Psicoanalítica. Mi formación había sido ecléctica o como prefiero denominar Integradora, con profesionales de Argentina, Madrid y Zaragoza, de diferentes orientaciones.

Conocí a un nuevo psiquiatra (otra vez un psiquiatra, ya les iba cogiendo el punto). La experiencia con él se asentaba en los cimientos que habíamos construido mi anterior analista y yo. Esa base produjo un "Nuevo Comienzo", feliz expresión que está indisolublemente unida al cambio en mi enfoque en la praxis. Ya no seguí un modelo, sino que creé el modelo a mi medida en función del paciente, como bien me indicó uno de mis supervisores, siendo auténtico, genuino y consecuente con mi personalidad y manera de entender la clínica y lo más importante, al ser humano. Deseché teorizaciones especulativas, imaginativas y decimonónicas para entender el psicoanálisis desde la sociedad actual. Esto me llevó a acercarme a la Psicoterapia de Maslow, el citado Rogers, a Fritz Perls, a Erich Fromm, al popular Bucay, quien me enseñó el valor narrativo y metafórico en psicoterapia, a Victor Frankl, a John Bowlby, a Boris Cyrulnik, a Mary Ainsworth y posteriormente, cuando ya estaba curado, surgió el movimiento de la psicología positiva de Martin Seligman. En realidad, hasta

hace poco no ha trascendido y, cabe añadir, que no se le ha dado (todavía) la importancia de lo que transmite Seligman. El objetivo de la Psicoterapia Positiva es la curación, no paliar o contribuir a que la persona sea funcional estrictamente, sino ayudarlo a que tenga una actitud optimista y a que conquiste el bienestar y la felicidad. La actitud optimista me sirvió para reinventarme y cambiar mi manera de trabajar. Matizaré que también estaba influido del eclecticismo de mi terapeuta. Con eso que llaman ahora neuronas espejo o, dicho de otra manera, identificaciones cruzadas, seguí investigando con una emergente curiosidad: la conquista de la felicidad. La brillante Alejandra Pizarnik decía: "Aún si digo sol y luna y estrella me refiero a cosas que me suceden. ¿Y qué deseaba yo? Deseaba un silencio perfecto. Por eso hablo".

Mi vivencia me llevó al análisis de las biografías de algunos profesionales que me llenan desde mi segunda transformación del Self. Luis Rojas Marcos es un hombre muy conocido y al que se le atribuye mucho prestigio y profesionalidad. Estuvo trabajando duro durante el atentado de las Torres Gemelas del 11-S y se ha hecho un hueco importante en Nueva York, como docente y clínico. Es un representante de la psicología positiva y un gran divulgador que escribe libros más bien de ensayo que de autoayuda. Eso a las editoriales no suele agradarles, mucha gente quiere recetas mágicas, como el *aftershave* que utilizo por las mañanas. Luis Rojas Marcos comenta en su libro *La Autoestima* sus primeras andanzas por la vida. Él fue un niño difícil, muy movido, inquieto, no se concentraba. Le expulsaron de varios colegios, sus padres ya no sabían qué hacer con él. Se sentía muy mal. Un buen día llegó a un colegio de niños rebotados y conoció a una profesora-tutora que le entendió y desde entonces encontró el camino con ese soporte afectivo fundamental para la resiliencia. A los 25 años se fue a Nueva York para estudiar e investigar acerca del nuevo concepto que le ayudó a dar sentido a sus experiencias infantiles: la Hiperactividad. A partir de ahí siguió trabajando duro, con gran inquietud intelectual y ganas de ayudar a sus pacientes. En el libro *Convivir*, explica que tuvo otra experiencia que le llevó a cambiar su manera de abordar la clínica. Se divorció y, al poco tiempo, se dio cuenta de que pasó de tener en su consulta una silla a tener dos.

Martin Seligman, el padre de la psicología positiva que sentó las bases de su enfoque en su discurso como presidente de la Asociación de Psicólogos de Norteamérica en 1999, ha ido desarrollando sus tesis en base a su enfoque empírico. Él es el pionero del concepto de la Indefensión Aprendida, un modelo para entender la depresión que tiene que ver con que la persona deprimida se siente impotente, incapaz de escapar de la situación que está viviendo. Tras los experimentos con perros del Dr. Solomon y después de luchar contra el enfoque conductista gobernado por Skinner, cambió su orientación hacia la psicología aplicada. Dice que en ese laboratorio de Solomon había una atmósfera de tedio y hastío. Además no le gustaba experimentar con animales a los que se les daban descargas. En *Aprenda Optimismo*, leemos: "Casi todos hemos pasado alguna vez por una depresión y sabemos cómo envenena nuestras vidas". Una grave enfermedad de su padre y la reacción emocional que le supuso, comenta en ese mismo texto, le llevó a estudiar la profesión, convertirse en psicólogo y

encontrar una analogía entre lo que le pasó a su padre y lo que experimentaban esos pobres perros. Recomiendo la lectura de sus libros, en especial *La Vida que Florece*. Para los que prefieran algo más relacionado con la autoayuda, sin serlo *stricto sensu*, recomiendo leer *Aprenda Optimismo*, donde hay escalas para valorar la actitud optimista o pesimista, entre otras muchas cosas.

Victor Frankl estuvo en tres campos de concentración. Su libro fundamental es *El hombre en busca de sentido*, hace años publicado como *Un psicólogo en un campo de concentración*. Llegó a escribir un texto para una publicación de Freud, pero se dio cuenta de que no le gustaba demasiado el modelo del descubridor del Inconsciente, la importancia de la sexualidad y el trabajo. Erich Fromm (1900-1980) dice que Freud fue un mojigato que inventó una teoría en función de la sociedad victoriana a la que pertenecía y que si Freud viviera en la sociedad actual, no desarrollaría esas teorías. Victor Frankl entiende que la persona necesita dar un sentido, un significado a su vida y construir un proyecto existencial. Un organigrama de vida. Es el pionero de la Logoterapia.

Boris Cyrulnik también estuvo en un campo de concentración; allí perdió a toda su familia. A los 6 años pudo salir de ese lugar al que Freud llamó, en *Más allá del principio del placer*, "Thanatos, la pulsión de muerte". En palabras de Erich Fromm, Adolf Hitler fue un "narcisista maligno". Cyrulnik estuvo en orfanatos y casas de acogida hasta que una familia le adoptó, le dio cariño, apoyo, sostén emocional y, en definitiva, le nutrió de ese necesario aporte afectivo para poder resetearse, reinventarse y, lo que es más importante, tener una nueva oportunidad para *Ser*. Estudió Neurología, Psiquiatría y Psicoanálisis. Esa formación y vivencias le condujeron a popularizar y divulgar el concepto de resiliencia, una palabra tomada del campo de la Física, como ocurre con estrés. La resiliencia tiene que ver con la capacidad de la persona para recuperar y mejorar su yo original después de una vivencia traumática. Como ocurre con la pelota de tenis que cae al suelo y al tomarla en la mano tiene de nuevo su forma redonda.

John Bowlby es el revolucionario psicoanalista que inventó la Teoría del Apego, muy aceptada en la comunidad científica; algo que es poco frecuente cuando esa teoría viene de un psicoanalista. En su biografía explica que lo que le llevó a estudiar la importancia de los vínculos y pérdidas afectivas fueron sus vivencias infantiles. Veía a su madre solo una hora al día, fue criado por una institutriz y pronto le internaron en un colegio. A partir de ese momento luchó con el déficit que podemos entender de narcisismo, esto es, del natural aporte afectivo de unos padres hacia el niño para construir una buena autovaloración.

Mary Ainsworth, psicóloga estadounidense, tras su amargo divorcio y la depresión que, según su propio relato, le provocó esta ruptura; decidió en 1960 estudiar a fondo la reacción de niños de 2 años frente a la presencia y ausencia de sus madres mientras jugaban en una habitación. Casi una

década más tarde llegó a la conclusión de que los pequeños podían clasificarse en tres grupos. Uno se comportaba siempre con seguridad y confianza; el segundo lo componían niños ansiosos, aprensivos y temerosos cuando las madres se iban y el tercero lo formaban los pequeños que jugaban por su cuenta y permanecían emocionalmente distanciados e impertérritos cuando las madres desaparecían. La forma de comportarse de los humanos depende de factores objetivos y subjetivos, conscientes e inconscientes. Las investigaciones posteriores a las de Ainsworth han encontrado muchas similitudes. En la actualidad se suelen distinguir cuatro grupos de adultos con respecto a sus estilos de relación: seguros, ansiosos, elusivos y desorganizados.

Carl Gustav Jung fue un paladín del Psicoanálisis, confidente, amigo y colega de Freud, pero con quien tuvo también desavenencias. Probablemente, por el narcisismo de Freud y la manera revolucionaria de pensar de Jung. Jung tuvo serios problemas emocionales, una vida un tanto caótica, con períodos de intensa depresión, e incluso de desintegración. Todo esto lo pueden leer más al detalle en su obra: *Recuerdos, sueños, pensamientos*.

Sándor Ferenczi fue denominado por Freud *enfant terrible*. Tras haber sido, como Jung, un colega que alimentaba el narcisismo de Freud, rompió con la línea que proponía el padre del Psicoanálisis y desarrolló una terapéutica y teorizaciones nada convencionales. Un ejemplo paradigmático sería el análisis mutuo. Con este concepto hablaba de la posibilidad de que el paciente analizase al analista durante el psicoanálisis. Esto rompía los moldes del encuadre psicoanalítico y todos los principios técnicos y teóricos. Fue acusado de loco por los adeptos a Freud.

Carlos Castilla del Pino fue coetáneo de López Ibor, el ilustre psiquiatra español del franquismo. Castilla del Pino fue denominado el psiquiatra rojo. Esto le llevó a Córdoba, donde desarrolló su clínica, sus teorías y formó a muchos psiquiatras y psicólogos. Probablemente es el mejor psiquiatra de la historia de España en cuanto a su producción teórica, técnica y literaria. Un hombre con un gran abanico de *yoes*, un hombre polifacético, versátil en el mundo de la ciencia. Todas sus obras son geniales. Desgraciadamente, alguna gente le conoce por el fracaso que tuvo como padre, por los suicidios y adicciones de algunos de sus hijos, con el estigma social que eso conlleva. Primero, ser rojo, luego, ser mal padre. En su obra póstuma, *Aflorismos*, dice: "La intimidad es opacidad". Son 844 aforismos relucientes y geniales que denotan su brillantez intelectual y donde se proyecta su personalidad. Allí, un lector avezado se dará cuenta de lo que expreso.

En conexión afectiva con este referente, tengo que citar unas palabras de Ronald D. Laing, en una entrevista al diario El País. En la entrevista le preguntaban sobre López Ibor en relación a un artículo que escribió contra los antipsiquiatras. Laing contestó: "Me complace que un hombre como el doctor López Ibor desprecie lo que hacemos porque eso quiere decir que nuestras teorías no tienen nada que ver con lo que él practica con sus pacientes". También dijo que él no es antipsiquiatra, que

los antipsiquiatras son aquellos que drogan, dan descargas y encierran a sus pacientes. Ronald D. Laing colaboró con John Bowlby, Donald Winnicott y Charles Rycroft. Trabajó, entre otros lugares, en el Instituto Tavistock, hasta 1964. Desarrolló comunidades terapéuticas como el Kingsley Hall, donde las personas con esquizofrenia(s) desarrollaban una regresión para crecer de nuevo. Influenciado por la obra de Otto Rank, escribió *El trauma del nacimiento*. También publicó un libro con una paciente con esquizofrenia que él había curado llamada Mary Barnes.

En otra entrevista del diario El País, del 1 de octubre de 1980, la periodista dice lo siguiente: "Es difícil entrevistar a este hombre, que aparenta unos cincuenta años bien llevados y que no mira a los ojos cuando habla". Entre citas a Merleau-Ponty y Jacques Monod, comenta el objetivo de su nuevo libro: "El mundo de hoy necesita ser destruido en la teoría y en la práctica. En este momento estamos en posición de hacerlo totalmente, pues en la teoría ya ha sido destruido por los científicos. Mi libro trata fundamentalmente de las vivencias, del mundo de las auténticas vivencias que ha sido abolido por cifras y cantidades".

Eduardo H. Grecco es un terapeuta argentino muy prolífico que lleva más de veinte años estudiando la bipolaridad. Sus obras más significativas son las siguientes: *La Bipolaridad como Don* y *Despertar el Don Bipolar*. Cuando Grecco habla de la bipolaridad, lo hace en un sentido muy amplio. Por ejemplo, en *Despertar el Don Bipolar*, el subtítulo es: *Un camino hacia la curación de la inestabilidad emocional*. Tras leer estas dos obras e investigar su pensamiento, creo que con bipolaridad se refiere también a trastornos relacionados con la oscilación como el Trastorno Límite o de Inestabilidad Emocional. Grecco especifica que la bipolaridad es un problema del carácter. Este profesional es bipolar. El Dr. José Luis Cabouli, en el prólogo al libro mencionado, dice: "Cuando Eduardo afirma que sabe con el pensamiento, con el alma y con el cuerpo de qué habla, es verdad. Doy fe de que Eduardo ha descendido a lo más profundo de sus infiernos por sí mismo. Ha entrado en su propia oscuridad, ha abrazado la sombra y ha regresado a la luz rescatando su propia alma y conquistando su tesoro. Eduardo logró, finalmente, lo que Orfeo no pudo hacer con Eurídice".

Cuando estaba terminando este trabajo me acordé de Marsha Linehan: la creadora de la DBT para tratar el Trastorno Limítrofe. Lo que descubrí me reconfortó, como era de suponer, no soy ni mucho menos, el único. Los profesionales Psi comentan estas cosas, haciendo una intervención ferencziana. Cuando conocí y leí a Marsha Linehan me impactó el rigor, la seriedad, la forma involucrada con la que trataba estos casos. Ella, junto a otro genial terapeuta y teórico del Trastorno Borderline: Otto Kernberg, son conocidos por ser firmes, rigurosos en su técnica y al mismo tiempo cercanos y empáticos. Oírlos hablar es algo formidable para los profesionales de los Trastornos de Personalidad. Esto me hace recordar aquel profesional que veía como un monstruo. Me dijo que la mayoría de profesionales que trabajan tienen rasgos o trastornos de personalidad. Y, a su vez, esto se conecta con una de las primeras frases de este trabajo: "la elección de la profesión es por algo".

Una paciente de Linehan, al observar ciertos signos familiares le preguntó sobre ello, Linehan dijo: "¿Quiere saber si he sufrido?".

"No, Marsha", respondió la paciente, en un encuentro la primavera pasada. "Me refiero a si es una de nosotros. Como nosotros. Porque si lo es, nos daría a todos gran esperanza".

"Eso lo hizo", dijo Linehan, de 68 años, quien hace poco contó su historia en público por primera vez ante un grupo de amigos, familiares y médicos en el Institute of Living de la clínica Hartford, donde la trataron originalmente por retraimiento social extremo a la edad de 17 años. "Tantas personas me han pedido que hable y sólo pensé: bueno, tengo que hacerlo. Se lo debo. No puedo morir como una cobarde".

Nadie sabe lo que se puede encontrar cuando comienza un proceso de búsqueda y crecimiento personal. Estas palabras de Linehan resultan esperanzadoras, tal y como pensó aquella paciente suya.

Estos ejemplos, solo unos pocos de los muchos que podrían mencionarse, representan de manera clara la conexión entre biografía y desarrollo de la persona; sus motivaciones y lo conocido por todos como autoestima, desarrollo del autoconcepto, identidad, mismidad (condición de ser uno mismo) y creaciones teóricas y orientación clínica en el profesional de la salud psi. Estos pensamientos son herederos de lo que Castilla del Pino enseñó a los terapeutas españoles en una época donde no se daba importancia al sujeto. Para Castilla del Pino, la única forma de comprender al sujeto es inscribirlo dentro de su biografía. También enseñó que para aprender psicología y psiquiatría había que leer a los clásicos.

Quiero dejar abierto este artículo para que sigan creciendo (independientemente de la edad), transformándose y pensando por sí mismos. Les dejo con Alejandra Pizarnik, una maestra de terapeutas y otras personas.

*"Recuerdo mi niñez
cuando yo era una anciana
Las flores morían en mis manos
porque la danza salvaje de la alegría
les destruía el corazón.
Recuerdo las negras mañanas de sol
cuando era niña
es decir ayer
es decir hace siglos".*

*"Hay que avergonzarse, sí, pero sólo de lo debido" Carlos Castilla del Pino. Aflorismos.
"Yo era un tesoro escondido y deseaba ser descubierto: por eso creé la creación, para ser conocido".*

Antiguo aforismo sufi.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bowlby, John, *El apego*, Barcelona, Paidós. 1998.
- Castilla del Pino, Carlos, *Pretérito Imperfecto*, Barcelona, Tusquets. 2003.
- Castilla del Pino, Carlos, *Casa del Olivo*, Barcelona, Tusquets. 2004.
- Carlos Castilla del Pino, Carlos, *Aflorismos. Pensamientos Póstumos*, Barcelona, Tusquets. 2011.
- Fiorini, Hector Juan, *El psiquismo creador*, Vitoria-Gasteiz, Agruparte. 2007.
- Fromm, Erich, *El Arte de Escuchar*, Barcelona, Paidós. 2012.
- Grecco, Eduardo H., *La Bipolaridad como Don*, Barcelona, Kairós. 2010.
- Grecco, Eduardo H., *Despertar el Don Bipolar*, Barcelona, Kairós. 2012.
- Jung, Carl Gustav, *Recuerdos, sueños, pensamientos*, Barcelona, Seix Barral. 2008.
- Kafka, Franz, *La metamorfosis*, Barcelona, Losada, 2003.
- Marín, José L., *Curso de Experto en Psicoterapia Breve*, Madrid, SEMPYP. 2004
- Rojas Marcos, Luis, *La autoestima*, Madrid, Espasa. 2011.
- Rojas Marcos, Luis, *Convivir*, Madrid, Punto de Lectura. 2009.
- Seligman, Martin E.P., *La auténtica felicidad*, Barcelona, Ediciones B, 2008.
- Seligman, Martin E.P., *Aprenda Optimismo*, Barcelona, Debolsillo. 2011.
- Seligman, Martin E.P., *La vida que florece*, Barcelona, Ediciones B, 2011.
- Vidaller, Agustín, *Costas perfumadas*, Gijón, Trea, 2005.
- Winnicott, Donald W., *Obras Completas*, Barcelona, RBA. 2008.
- Winnicott, Donald W., *Realidad y Juego*, Barcelona, Gedisa, 2008.
- http://elpais.com/diario/1982/11/26/sociedad/407113201_850215.html
- <http://www.aperturas.org/autores.php?a=Kernberg-Otto>
- <http://tn.com.ar/sociedad/00059601/experta-en-enfermedades-mentales-habla-de-su-propia-batalla>

Manuscrito recibido: 11/06/2012

Revisión recibida: 18/06/2012

Manuscrito aceptado: 20/06/2012