IVÁN L. ALEMÁN RUIZ
ROBERTO SEGURA CABRERA

EL LABERINTO HUMANO

Terapia psicomanual: Un camino

BIBLIOTECA NUEVA

Laberinto.indb 5 9/9/13 11:18:48

grupo editorial
siglo veintiuno

siglo xxi editores, s. a. de c. v.
CERRO DEL AGUA, 248, ROMERO DE TERREROS,
04310, **MÉXICO**, DF
www.sigloxxieditores.com.mx

siglo xxi editores, s. a.
GUATEMALA, 4824,
C 1425 BUP, **BUENOS AIRES**, ARGENTINA
www.sigloxxieditores.com.ar

salto de página, s. l.
ALMAGRO, 38,
28010, **MADRID**, ESPAÑA
www.saltodepagina.com

biblioteca nueva, s. l.
ALMAGRO, 38,
28010, **MADRID**, ESPAÑA
www.bibliotecanueva.es

editorial anthropos / nariño, s. l.
DIPUTACIÓ, 266,
08007, **BARCELONA**, ESPAÑA
www.anthropos-editorial.com

EL LABERINTO HUMANO : terapia psicomanual / Iván L. Alemán Ruiz .- Madrid : Biblioteca Nueva, 2013.
304 p. ; 21cm
ISBN : 978-84-9940-606-0
1. Psicoanálisis 2. Psicología 3. Terapias complementarias
159.9 JM
616.8 MMH
615 VHX

Ilustración de cubierta: José Almeida López

Ilustraciones de interior y portada: Fayna R. Hernández Díaz

© Iván L. Alemán Ruiz y Roberto Segura Cabrera, 2013
© Editorial Biblioteca Nueva, S. L., Madrid, 2013
Almagro, 38
28010 Madrid
www.bibliotecanueva.es
editorial@bibliotecanueva.es

ISBN: 978-84-9940-606-0
Depósito Legal: M-23240-2013

Impreso en Cofás, S. A.
Impreso en España - *Printed in Spain*

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con la autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs., Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

ÍNDICE

Agradecimientos 13

Presentaciones 17
Francisco Javier Sánchez Eizaguirre 19
Patricia Madrid Treves 20
Andrés Ojeda Hernández 21

Prólogo, de Nicolás Caparrós 25

Introducción.—Un hecho inevitable 29

Capítulo primero.—La evidencia de lo cotidiano 35
1. En la literatura 38
2. En la publicidad 42
2.1. Anuncios de medicamentos 42
2.2. Anuncios de productos de cosmética 43
2.3. Anuncios de productos alimenticios 44
3. En el deporte 44
3.1. Atletismo 44
3.2. Ciclismo 45
3.3. Tenis 47
3.4. Fútbol 49
4. En el lenguaje popular 51
5. En la prensa 53
6. En la Red (www) 61
7. En la música 65
8. En la pintura 67

9. En la escultura 68
10. En el teatro 71
11. En la consulta 72

CAPÍTULO SEGUNDO.—El laberinto 75
1. En la búsqueda… ¿de qué? 77
2. Complejidad del objeto de estudio: el ser humano 82
3. Complejidad del abordaje terapéutico 89

CAPÍTULO TERCERO.—Siempre se ha intentado: algunas intervenciones relevantes 91
1. Siempre se ha intentado 93
2. En el ámbito popular (Historia Reciente) 94
3. Modelos para la inspiración 96
4. A través de la música y la danza 97
4.1. La Biodanza 97
4.2. Euritmia (Arte del Movimiento) 99
4.3. Danzaterapia 100
5. A través de la conciencia corporal y el autoconocimiento .. 100
5.1. La Eutonía 100
5.2. La técnica Alexander 101
5.3. Psicomotricidad relacional 102
5.4. Focusing 102
6. A través de la respiración 103
6.1. Rebirthing 103
6.1.1. Objetivos del Renacimiento 104
6.2. Respiración holotrópica 105
7. El Grupo como Cuerpo 106
7.1. Psicodrama 106
7.2. Constelaciones familiares 107
8. La Globalidad que trasciende al ser humano 110
8.1. Psicología Transpersonal 110
8.2. La terapia bioenergética 111
8.2.1. La esencia de la terapia bioenergética 112
9. Antecedentes en el Psicoanálisis 113
9.1. George Groddeck, al que Freud llamó el espléndido psicoanalista 113
9.2. Wilhem Reich, brillante y polémico 114

10. Antecedentes en la Fisioterapia 115
10.1. Fisioterapia en Salud Mental 115
11. Antecedentes en la Terapia Manual 116
11.1. Apunte sobre el Sistema Miofascial 117

CAPÍTULO CUARTO.—Punto de partida: coordenadas generales ... 119
1. Globalidad y Complejidad 122
2. Protagonista de su automejora 123
3. Exigencia en la formación. Capacitación psicosomática . 125
4. Amor 126
5. Paciencia 128
6. Respeto 133
7. Intuición 134
8. Buen rollo / mal rollo 137
9. Buen humor 139
10. Dos personas en lo concreto y tres en lo simbólico 143
11. Confianza en la tríada 145

CAPÍTULO QUINTO.—Terapia psicomanual: más allá de un viaje de ida y vuelta 149
1. Psicoterapia Analítica..... 151
2. Terapia Manual 161
3. Nuestra Propuesta: Terapia Psicomanual 165
3.1. Sincronicidad y Sinergia: más allá de un viaje de ida y vuelta 165

CAPÍTULO SEXTO.—Nuestra experiencia: una Guía en el laberinto 173
1. La experiencia del Terapeuta Manual con su Psicoterapia Analítica 175
2. La experiencia del Psicoterapeuta con su Terapia Manual .. 177
3. El origen de la Terapia Psicomanual 180

CAPÍTULO SÉPTIMO.—Resultados constatables 185
1. Muestra y Cuestionario de la experiencia de Terapia Psicomanual 187
1.1. Protocolo 3: Respuestas directas 191

1.2. Escala de Autoevaluación de la Madurez Personal (No Baremada) 205

CAPÍTULO OCTAVO.—Reflexiones y conclusiones: para seguir caminando 213
1. Reflexiones sobre las respuestas del Cuestionario 215
1.1. Cuestiones 1 y 2 215
1.2. Cuestión 3 219
1.3. Cuestión 4 224
1.4. Cuestiones 5 y 6 225
1.5. Cuestiones 7 y 8 228
1.6. Cuestiones 9*a* y 9*b* 230
1.7. Cuestión 10 233
2. Ventajas que ofrece la Terapia Psicomanual 234
2.1. Favorecedora de «La Toma de Conciencia» 235
2.2. La Complementación 241
2.2.1. En cuanto a los terapeutas 241
2.2.2. En cuanto a los pacientes 243
2.3. «Desidealización» 246
2.4. Tríada 248
2.5. Alianza Terapéutica 250
3. Indicaciones y Contraindicaciones de la Terapia Psicomanual 251
3.1. Indicaciones 251
3.2. Contraindicaciones 252
4. Consideraciones finales 255

Y DE POSTRE 259

EPÍLOGO 263

APÉNDICE 267

BIBLIOGRAFÍA 291

NOTA DE LOS AUTORES 303

Laberinto.indb 10 9/9/13 11:18:49

Para todos aquellos que hacen posible creer
en la magia que albergamos todos y cada uno de nosotros...

Especialmente a nuestros Pacientes, por concedernos
el íntimo honor de acompañarles.

A Salvador Alemán, nuestro principal motivador,
padre y maestro.

A Isabel Ruiz, nuestra jefa de obra,
madre y correctora oficial.

A Josito y Fay, dos grandes artistas.

A Nayra, Andrés, Carol y Ángel, miembros
de nuestro "tribunal de confianza".

A Paco Segura y Carmen Cabrera, mis padres.

A Gabriel, Hijo y Ahijado, Maestro en la experiencia
del amor incondicional, préstamo de la vida.

Laberinto.indb 11 9/9/13 11:18:49

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, a nuestros pacientes, por concedernos el honor de acompañarles en momentos tan importantes de sus vidas, por ofrecernos la posibilidad de descubrir sus lados más lindos y dejarnos disfrutar de cerca del éxito que ellos mismos consiguen con su lucha personal. Gracias porque sin ellos, que confiaron y confían en nosotros, esto hubiera sido absolutamente imposible e inimaginable. Sin estas valiosas personas este libro no existiría. Ellos son la clave.

Al Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Canarias (COFC), y, en particular por su apoyo, a su Ilustre Presidenta Doña Patricia Madrid.

Al Colegio Oficial de Psicólogos de Las Palmas (COPLP), y en particular por su apoyo a su Ilustre Decano Don Francisco Javier Sánchez.

A Salvador Alemán, padre, motivador y maestro son solo unos pocos de los muchos adjetivos que nos parece justo dedicarte. El que siempre está para las duras, las maduras y para lo que se tercie. Gracias por creer siempre tanto en nosotros y siempre con una actitud crítica para seguir mejorando. Gracias por luchar con nosotros codo con codo cuando te lo pedimos. Gracias por tanta y tanta energía invertida. Gracias por alegrarte con nuestros éxitos como si fueran tuyos. Gracias por tanto, muchos detalles cada día.

A Isabel Ruiz, madre, jefa de obra y correctora oficial. Que arte para ayudarnos con el «trabajo sucio» y duro. Gracias por

tu paciencia infinita. Gracias por tu curro (trabajo y esfuerzo) brutal e impagable. Gracias por tu humildad en la forma de ayudarnos. Gracias por la seguridad y garantías que nos da tu valioso acompañamiento personal y profesional.

A Josito, uno de los artistas, también motivador, creador de sueños para que se hagan realidad. Gracias por tu granito de arena para que siguiéramos soñando en grande.

A Fay, la otra artista, la que llevó a ilustración creaciones que mejoraban lo que imaginábamos. Gracias por esa forma de plasmar mejorando nuestras ideas en forma de ilustración.

A Nay, pareja y hermana de vínculo, la que siempre dice algo genial en tono bajo. La que dice pocas palabras, pero las que dice le dan gran profundidad a lo hablado. Gracias por aceptarnos y apoyarnos en nuestros proyectos de manera tan leal.

A Andrés, Andriu, el gran amigo, un hermano de vínculo, el compañero de batallas, autor de una de las presentaciones del libro y que podría haber escrito el libro con nosotros por ser parte íntimamente ligada a este proyecto. Nuestra columna cuando no lo teníamos claro. Gracias por identificarte tanto con este proyecto. Gracias por tu admiración, es mutua. Contigo, hasta el fin del mundo. El siguiente los tres.

A Ángel, a uno de los hermanos de sangre. Acompañante, animador y crítico con amor y claridad. Gracias por buscar el tiempo de debajo de las piedras. Gracias por hacer que las distancias que nos separan desaparecieran. Gracias por las palabras de aliento y confianza. Gracias por los mil detalles fundamentales que nos fuiste apuntando y que sin ellos esto no hubiera quedado con la claridad con la que cuenta. Gracias por confiar en estos hermanos pequeños y locos…

A Carol, a Carol Linda, buena amiga y miembro del tribunal de confianza. Gracias por tu trabajo, la «crítica del sudeste», qué crucial para que esto tomara forma en tantas ocasiones. La que nos admira y nos critica con amor. Gracias por tu transparencia a la hora de darnos tu visión.

A Fran y a Orlando, mis otros hermanos de sangre. Gracias Chiquillos. Es privilegio y fortuna ser *el más chico* de esta tribu de grandes hombres. Ha sido fundamental en mi vida saber que

Laberinto.indb 14 9/9/13 11:18:49

siempre puedo contar con ustedes. Espejos claros en el arte de cuidar.

A mis Padres Paco y Carmen. Los verdaderos responsables de que esté en este mundo. Es una suerte tenerlos como maestros en el arte de cuidar y acompañar. Muchas gracias por todo lo que han hecho y siguen haciendo…

A Gabri, hijo y ahijado, nuestro protegido, pequeño maestro de grandes lecciones en la experiencia del amor incondicional.

A Judit, compañera y cobertura incansable en la búsqueda de los muchos huecos que ha habido que encontrar para que esto saliera adelante. Gracias por todas las aportaciones, siempre discretas, pero siempre certeras.

A Fernando, tutor de tesis y mucho más, antiguo profesor de la carrera, por apoyarnos de muchas maneras.

A Feluco y Jacqueline, padrino y madrina, motivadores, apoyos en la vida cada vez que lo hemos querido para lo que fuera.

A las personas que decidieron acompañarnos cuando llevamos por primera vez una comunicación sobre Terapia Psicomanual al Congreso de SEGPA de 2012. Nos sentimos muy arropados y lo necesitábamos. Gracias a las que estaban inscritas y nos querían acompañar y a las que se colaron en el Congreso solo para acompañarnos en ese momento.

A Isabel Sanfeliu por hacer de puente, por darnos su respaldo en el salto a Madrid. Gracias por animarnos a seguir. Gracias por tanta ilusión compartida. Gracias por hacernos de embajadora de lujo en la distancia.

A Nicolás Caparrós por hacernos de embajador en la distancia. Gracias por hacernos ese regalo final en forma de prólogo.

A Editorial Biblioteca Nueva y a Don Antonio Roche en particular por confiar en nosotros, respaldarnos y apoyarnos en nuestro proyecto.

A Hiurma y Mery, dos muy grandes amigas, de las que están, insisten y permanecen todo el rato. Por estar siempre de fondo, como una red (fascial) de seguridad… Alentando y confiando siempre que dudábamos… Gracias por esa complicidad tan especial con la que nos acompañan siempre.

A nuestros hermanos y hermanas de vínculo, algunos los hemos nombrado, otros y otras no (no son muchos pero sí valiosos y valiosas). A ellos también va dedicado un agradecimiento especial porque en algún momento opinaron sobre algo de este proyecto, en algún momento nos dieron alguna idea, en algún momento nos recordaron que era valioso lo que hacíamos. Gracias por estar de maneras diversas.

A nuestros maestros y maestras, que son muchos, los que tienen algo que ver en que hoy podamos hacer lo que hacemos y que la música suene como suena. Gracias porque con sus enseñanzas hoy podemos disfrutar de lo que somos profesionalmente y ser personas más felices.

Muchas Gracias a los que nos quieren y a los que nos dejan quererlos, muchos los hemos nombrado, muchos no. Gracias a los no nombrados expresamente pero sí presentes gracias a esos vínculos, porque en ese trasvase de amor nos hacemos mejores personas.

Gracias a los que se alegran por nuestras alegrías sin necesitar figurar. Gracias porque ese acto de generosidad nos hace valorarles más, y más importantes les hace en nuestra vida.

Gracias a todos los que nos permiten compartir sus abrazos, nos dan fuerza en muchos momentos.

Gracias a los que confían profesionalmente en nosotros, pues nos incentivan a seguir mejorando cada día.

Muchas Gracias a muchos por animarnos a creer en lo que hacemos y dejar que los límites los ponga la vida y no nosotros…

El agradecimiento es la memoria del corazón

ANÓNIMO

Laberinto.indb 16 9/9/13 11:18:49

PRESENTACIONES

Laberinto.indb 17 9/9/13 11:18:49

Laberinto.indb 18 9/9/13 11:18:49

La intervención del profesional de la Psicología es absolutamente imprescindible en el proceso salud-enfermedad. Cuando alguien enferma físicamente, los aspectos psíquicos aparecen, a veces como origen de la patología, a veces, como consecuencia de la misma.

¿Cómo conjuntar, sin estorbarse ni competir, a los trabajadores de la Psiquis y del Soma?

Los autores de este libro tratan de formular de forma sencilla, clara y profunda una visión actualizada, para profesionales de la salud y para personas interesadas en el tema, de lo Psicosomático, o como ellos mismos recuerdan, de lo Somatopsíquico. Concepto que plantean poniendo el acento en una visión más amplia del ser humano, evitando darle la exclusividad a la visión patológica de la enfermedad Psicosomática. Como comentan en el libro lo Somatopsíquico-Psicosomático está permanentemente presente en cualquier lugar en el que el ser humano deje su huella.

Plantean una forma distinta de proporcionar al paciente un tratamiento integrado. Lo realizan conjuntamente un Psicólogo (Psicoterapeuta) y un Fisioterapeuta (Terapeuta Manual). Más de seis años de experiencia y un alto número de casos tratados. La intervención se llama acertadamente Terapia Psicomanual.

La Terapia Psicomanual parece una propuesta novedosa en matices clínicos no solo para los pacientes sino para los propios terapeutas, y que como los propios autores indican merece ser experimentada.

FRANCISCO JAVIER SÁNCHEZ EIZAGUIRRE

Ilustre Decano del Colegio Oficial
de Psicólogos de Las Palmas

La Fisioterapia, con trabajo y esfuerzo, se ha ido asentando cada vez en más ámbitos de nuestra sociedad. Siempre se ha tendido a la valoración global y al tratamiento integral del individuo, que hace referencia no solo al todo físico, sino también a la globalidad somática. La experiencia nos confirma a los fisioterapeutas desde hace mucho tiempo que los aspectos psíquicos están siempre presentes en el proceso salud-enfermedad.

En la búsqueda de integrar soma y psique un Fisioterapeuta (Especializado en el área de la Fisioterapia dedicada a la Terapia Manual) y un Psicólogo (Psicoterapeuta), nos ofrecen un tratamiento integral que facilita la mejora global del paciente.

La Terapia Psicomanual integra el abordaje psicosomático-somatopsíquico respetando la autonomía de cada profesional con la novedosa aportación de ayudar no solo a los pacientes sino a los propios terapeutas.

Con este interesante trabajo, se da un paso más en la tarea multidisciplinar y en la visión global del paciente.

Alrededor de siete años y un número muy significativo de pacientes nos muestran lo exitoso del tratamiento. Los autores contabilizaban a 22 de octubre de 2011, nada menos que 56 casos.

Patricia Madrid Treves

Ilustre Presidenta del Colegio Oficial
de Fisioterapeutas de Canarias

No corras, ve despacio, donde tienes que ir es solo a ti

PROVERBIO JAPONÉS

> Al trabajo de Freud habría que leerlo… y «olvidarlo». Solo de este modo es posible crear las condiciones que, al leerlo nuevamente, estimularán una nueva evolución. Solo hay tiempo para hacer esto con los mejores trabajos; pero solo los mejores trabajos son capaces de estimular una lectura defensiva (respecto al tema del trabajo) como substituto de la experimentación del trabajo mismo.
>
> BION (1977: 212)

He de confesar que no sé bien qué parte de mi cuerpo se dispone a escribir estas líneas. Creo tocar las emociones que lo motivan. Desconozco si son mis tripas, mi corazón o mis dedos quienes rozan el teclado. No sé si son mis manos o es mi cerebro el que suda y aquellas las que lo evidencian. Quizás no haya parte, quizás sea yo y yo es cuerpo y psique, unidad indisoluble. Este es el esbozo de mis sensaciones que ha quedado tras la lectura de la obra que el lector tiene entre sus manos. Solo tengo claro un aspecto, y es que para comentar este libro no puedo escindir mis emociones y tratar cual cirujano el contenido de esta obra. Es mucho el afecto personal y la admiración profesional la que me mueve hacia los autores, son muchos y variados los trabajos conjuntos con Iván, son muchas las sesiones de tratamiento en «las manos» de Roberto, son muchas derivaciones y pacientes comunes con ambos, son muchos los momentos terapéuticos compartidos a base de conversaciones y abrazos. Son los necesarios para hablarles en primera persona de las páginas que están a punto de comenzar a leer.

Laberinto.indb 21 9/9/13 11:18:49

Tiene gran mérito hacer accesible un asunto tan laberíntico como es exponer una concepción del ser humano y una consecuente propuesta de tratamiento para el mismo. A través de un lenguaje cotidiano y cercano y con la teoría de la complejidad y sus niveles de integración como marco de fondo, los autores exponen una visión psicosomática del ser humano, alejada de la persistente visión dualista que hasta nuestros días, algunas corrientes se resisten a dejar partir, y una consecuente propuesta de tratamiento psicomanual de carácter. No se plantea aquí una teoría ni una praxis para afrontar la enfermedad psicosomática, hecho que inherentemente se alcanza «solo» a través de una adecuada relación de ayuda. Se desplaza la visión del padecimiento focal y el tratamiento alopático, en favor de la comprensión del proceso psicosomático, de la aceptación del continuo salud-enfermedad como oportunidad para el aprendizaje y el tratamiento integral de este. Como apuntó Caparrós en su obra *El proceso psicosomático* «superar la vieja medicina psicosomática, centrada en la enfermedad, lleva a decir que no existe enfermedad psicosomática, sino una visión psicosomática de aquella. Pensar lo psicosomático en el plano máximo de abstracción, implica eliminar la noción de enfermedad a favor del proceso». La propuesta de los autores es pues actual y con hondo calado histórico, pudiéndose observar el amplio sustento teórico y práctico del que se nutre el modelo de Terapia Psicomanual que plantean. En el siglo XVII, Spinoza, declarado monista, ya hablaba del desconocimiento que tenía el ser humano acerca del arraigo en sus conflictos que presentaba el propio cuerpo, considerando desde su visión racionalista que pensamiento y cuerpo eran igualmente constitutivos del ser humano y ambos, fuente del conocimiento y del error. Roberto e Iván hablan de pensamiento, cuerpo y emoción, hablan del ser humano, hablan de cómo poder comprenderse, hablan de cómo poder tratar-se para alcanzar el mayor grado de bienestar y libertad posible en el transcurrir vital y este hecho no podría entenderse sin la amplia formación teórica y práctica que llevan en sí. No hablan absolutamente de nada que no hayan experimentado sus cuerpos, sus pensamientos y sus emociones, lo cual otorga mayor validez a las reflexiones que nos encontramos en la lectura del libro. Como amantes del aprendizaje continuo y de la visión dinámica del mundo y los seres que lo componemos,

enfatizan que este libro es un paso que compartir no una conclusión definitiva que hay que exponer.

Como aspecto más novedoso encontramos, en la parte aplicada del modelo de la Terapia Psicomanual, un método *interdisciplinar*. Cargado de sentido, de intención y acción, no como la exposición gratuita y complaciente del término «multidisciplinar» sino que su manifestación conlleva un compromiso y creencia en esta forma integradora de entender la teoría y su praxis que los lleva hasta exprimir el último suspiro de lo que debe ser un trabajo en grupo. Grupo a tres, donde el paciente juega un papel crucial, tal y como los autores mismos recalcan, el suyo propio, el de actor principal del devenir de su proceso.

> Solo es Terapia Psicomanual cuando formamos un grupo de tres… mientras sean dos encuentros totalmente aislados, serán eso, dos encuentros inconexos, dos terapias paralelas que actúan desde distintos lugares, sin inclusiones ni exclusiones por parte de las mismas.

Se agradece por tanto la honestidad de los autores y la humildad para desde un principio exponer sobre el papel las nefastas consecuencias de la omnipotencia en el terapeuta. En tiempos carentes de estos valores, ambos renuncian a acaparar de antemano la capacidad de curar todos los males, renuncian a aferrarse en la riqueza de sus disciplinas para justificar un tratamiento único llevado por un ser único. Al contrario, aceptan la complejidad de la empresa en cuestión, adelgazan saludablemente sus narcisismos y expresan abiertamente que necesitamos del otro. Como diría Winnicott, si el bebé necesita a su madre contenedora (función materna), si el paciente requiere del terapeuta para su proceso de reconstrucción, ¿no iba el terapeuta a necesitar de otro terapeuta para ofrecer al paciente un mayor espacio de evolución psicosomática?

Desde este lugar común que es el trabajo *interdisciplinar*, pretenden ampliar las fuentes del autoconocimiento que orienten a la persona a adquirir los niveles de libertad y conciencia que necesita para poder elegir con la suficiente información de sí mismo, su propio proceso. Quien haya llevado a cabo algún tipo de traba-

jo personal, principalmente desde la perspectiva Psicoanalítica, entenderá con mayor facilidad lo que se propone, ya que curiosamente cuando el individuo es capaz de acentuar el interés por su proceso, no solo los síntomas tienden a disiparse, sino que también sufren modificaciones los objetivos por los cuales comenzó su trabajo personal. Desde la perspectiva de la Fisioterapia-Terapia Manual también se puede observar si existe un grado de conciencia adecuado, cómo el padecimiento agudo tiende a extinguirse en beneficio de la aparición de un «cuerpo entero». Partiendo de este axioma dual, los autores renuncian a relacionar ambas disciplinas, van más allá, se disponen a integrarlas. No se realiza un trasvase de información entre compartimentos estancos, sino que cada terapeuta desde la fortaleza de sus conocimientos abraza a la totalidad del ser que se le presenta. El psicoterapeuta toca con sus oídos, con sus ojos, en ocasiones con sus brazos. El terapeuta manual escucha también desde sus manos, desde su olfato, desde sus oídos.

Como suele decirse, no es esta una obra que devorar, se trata más bien de saborear paso a paso el camino que los autores trazan para acercarnos en un primer lugar lo psicosomático a una distancia imposible de eludir a través de múltiples ejemplos en la cultura histórica y actual, para posteriormente ofrecer detalladamente la aplicación de un método de tratamiento al ser humano, la Terapia Psicomanual. Entre ambos puntos recorremos un rico paisaje por las raíces del modelo y los fundamentos de los que se nutre. Me atrevería a decir que aplicando con conciencia cada uno de los ejes que se plantean, la tarea de ayudar-acompañar al otro en su padecimiento sería un objeto no tan arduo e inalcanzable. Se trata pues, de un libro para la reflexión y también para la acción. Acción que invita a ampliar miras… Desde estos lugares, el libro trasciende si el lector no se conforma con el rol de espectador y se anima a transformarse en «parte de». Si se anima a permitir que no solo sean sus células cerebrales las que lean estas páginas, si se anima a que sus tripas acompañen la lectura, si se anima, en definitiva como sugiere Bion en la cita del inicio, a no eludir la experimentación del trabajo y leer-se así en clave psicosomática.

Andrés Ojeda Hernández
Psicólogo y Psicoterapeuta

PRÓLOGO

Laberinto.indb 25 9/9/13 11:18:49

Laberinto.indb 26 9/9/13 11:18:49

Lo psicosomático y lo somatopsíquico en la vida cotidiana, buen comienzo para un libro que mucho promete. La inicial teoría psicoanalítica hizo hincapié en el trauma. Hecho puntual, bien definido, que sirve de referencia básica a la neurosis, esa gran olvidada de la psiquiatría clásica a la que Freud dio vida. Pero se da el caso de que la llamada "vida cotidiana", con sus pequeñas miserias y grandezas, será pronto objeto de su atención. Al principio, la cura era el intento mecánico de tornar consciente lo inconsciente; pero pronto este proceso terapéutico se vio complicado con esa otra descripción más profunda y menos directa: redistribuir los investimientos. Dicho de otro modo, organizar de manera distinta las emociones y afectos. La realidad, que no lo real, la realidad humana, se transforma por la simple circunstancia de aportar un énfasis afectivo diferente a esa percepción que sin él resulta una simple replicación.

Con grado distinto de conciencia, los que nos aplicamos a la salud mental somos arquitectos de las emociones y no notarios de hechos pretendidamente objetivos.

Psicosomático, somatopsíquico… Dos caminos confluyentes. Ningún cometido o ciencia puede tener la pretensión de abarcarlo por entero. Psiquis, alma —en el sentido griego del término— y su cima: el pensamiento, que si pretendemos asirlo en su expresión más pura abandona la morada de lo humano. Como articulación y vínculo, las emociones que, apoyadas en un fundamento bioquímico, que luego se torna cuerpo, alcanzan por fin expresión en el espacio psíquico. Espacios diferentes que emergen de manera inesperada.

Laberinto.indb 27 9/9/13 11:18:49

El proceso vital es una progresiva emergencia que arranca en el yo corporal y culmina en la acción precedida por los mil matices que le otorga la emoción-pensamiento, donde se funden lo más primario y lo más consciente. Este proceso puede verse interrumpido, desviado hacia trayectos impensables y también, y de eso se ocupa ante todo este libro, sufrir el destino de la regresión. Vuelta atrás en un camino tan empeñosamente emprendido. Justamente ahí el cuerpo se encarga de un cometido para el que no fue diseñado: encargarse de dilucidar esa dudosa vida cotidiana en sus aspectos psíquicos. Surgen así esos trágicos síndromes psicofísicos que comienzan con los vómitos del lactante, el mericismo y que culminan con el omnipresente stress. La medicina y la psicopatología actual acostumbran a contemplar y tratar en paralelo a los costados somático y psíquico del stress en una suerte de esquizofrenia social. Rara vez se ocupan de él como totalidad, como emergente patológico que expresa una especie de claudicación de la psique, que resulta reemplazada de manera intempestiva por el cuerpo.

La vertiente ideológica de este libro, que no es la menos importante, muestra cómo es preciso tratar de manera articulada, transdisciplinar y simultánea, problemas que se suelen abordar de forma fragmentaria. De este modo soma y psique adquieren la categoría de entes cosificados. El sujeto como totalidad se desvanece.

Tratemos de aprender algo de lo escrito en estas páginas.

NICOLÁS CAPARRÓS

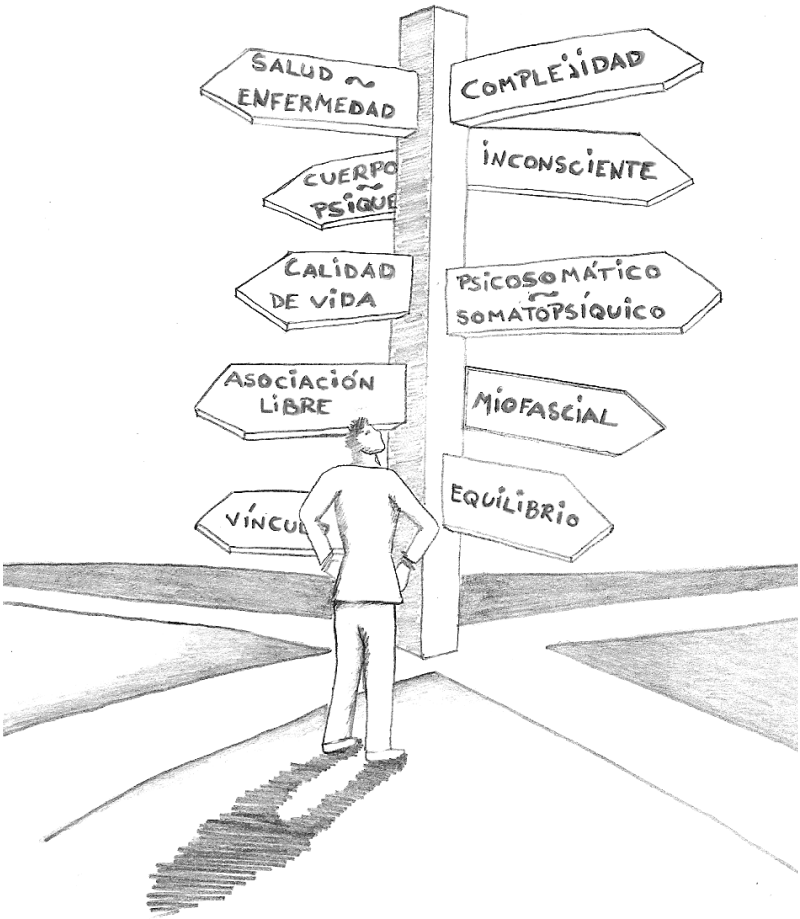
Presidente de honor de la SEGPA

INTRODUCCIÓN

El que tenga ojos para ver y oídos para oír se convencerá de que los mortales no pueden guardar ningún secreto. Aquel cuyos labios callan, se delata con las puntas de los dedos: el secreto quiere salirse por los poros.

SIGMUND FREUD (1856-1939)

Laberinto.indb 29 9/9/13 11:18:49



Laberinto.indb 30 9/9/13 11:18:49

UN HECHO INEVITABLE

Lo Psicosomático ¿Por dónde empezar? Resulta difícil poner en palabras lo experimentado. Es mucho lo ya dicho y mucho lo que parece quedar por decir. Al mismo tiempo los viejos términos hoy toman nuevos matices: psicosomática, cuerpo-mente, mente-cuerpo, somatopsíquico, ser humano, unidad, holístico, proceso… Se definen y redefinen constantemente ¿Dos partes indisolublemente unidas? ¿Dos expresiones de una única realidad? ¿Qué da consistencia a qué?

Las personas nos vivimos en clave psicosomática, es decir, nos experimentamos como una realidad a la vez física y psíquica. Resulta del todo imposible dejar de ver que en la cotidianidad, en las expresiones culturales y en las relaciones sociales en general, la «vivencia» psicosomática es un hecho inevitable.

Poco a poco los autores del presente texto empezamos a ver el hecho psicosomático por todos lados, y fue entonces cuando surgió el comienzo posible para este trabajo. Miremos adonde miremos está presente esa sensación universal. Parece más difícil no verlo que verlo.

Con esa claridad lo constataba el viejo maestro en 1905.

> […] El que tenga ojos para ver y oídos para oír se convencerá de que los mortales no pueden guardar ningún secreto. Aquel cuyos labios callan, se delata con las puntas de los dedos: el secreto quiere salirse por los poros. […] (Freud, 1979).

Es una cuestión de dominio universal. Se evidencia en la queja diaria de los pacientes, en la prolija discusión teórica de

los profesionales de la salud y en las cada vez más abundantes intervenciones clínicas donde se tiene presente el concepto de globalidad. Pero existe un denominador común aparentemente contradictorio; frente a la indiscutible concepción holística del paciente aparece la fragmentación en su abordaje terapéutico: cada profesional interviene en una «parte» sin apenas confluir entre ellos. Así, en las derivaciones entre profesionales resultaban de uso común derivaciones del tipo: «Descartada patología física ruego valoración psíquica». Se trata de un tema en el que hay mucho dicho y bastante hecho. Sin embargo parece que todavía no está todo ni dicho ni hecho.

¿Qué se intenta aportar en este libro?

Se remarca la importancia del hecho psicosomático-somatopsíquico para la gente de la calle (no profesionales de la salud) y la presencia de esta forma de conceptualizar el mundo en el sentir y en el hablar diario de la sociedad, se intenta constatar la complejidad del mismo y repasar brevemente algunos abordajes terapéuticos que históricamente se han ido ejerciendo. De esta forma se pretende dejar constancia, de forma irrefutable, de la impregnación social del concepto. Se quiere afirmar, sin ambages, que lo psicosomático impregna todos los ámbitos de la vida cotidiana. En la calle se habla espontáneamente en «lenguaje psicosomático». Se trata de un concepto obvio y redundante. Y en este caso se intenta ayudar a caer en la cuenta de ello.

En este libro se aporta, como novedad, una manera distinta de abordaje-tratamiento de la persona que aquejada psicofísicamente, es decir todas, solicita nuestra ayuda. Y ello con la intervención de dos Terapeutas, Psicoterapeuta Analítico (Psicólogo) y Terapeuta Manual (Fisioterapeuta), con una intervención, nunca yuxtapuesta, siempre meticulosamente coordinada y que se ha demostrado de gran eficacia. En este libro se habla de vínculos, se tratan asuntos referentes a la complejidad de las relaciones humanas, se explican tratamientos de la salud, se proponen reflexiones que ayudan a pensar sobre el ser humano, se habla de un camino posible para estar más saludable y para

Laberinto.indb 32 9/9/13 11:18:49

ser más feliz. Quizás en el fondo se habla de una propuesta de filosofía de vida como alternativa para mejorar la calidad de la existencia…

Difícil expresarse sin incoherencias del lenguaje en un estilo puramente global y de unidad, cuando la literatura y la práctica psicosomática están llenas de dualidades. Acéptese que el lenguaje psicosomático debe ser reinventado. De ahí que se precisen artificios verbales, palabras prestadas y, a veces, caducas para aproximarnos a lo experimentado.

Por otra parte, en el deseo de llegar al mayor número de lectores posibles, hemos optado descaradamente por un lenguaje llano, nada críptico y, en lo posible, carente de tecnicismos. La complejidad del tema nos obliga a popularizar el lenguaje. En realidad es el estilo literario con el que nos sentimos más cómodos.

Este libro ha sido estructurado para ser releído. De ese modo, la lectura exhaustiva de los capítulos «La evidencia de lo cotidiano» y «Siempre se ha intentado: algunas intervenciones relevantes», por su profusión de citas, no resulta imprescindible para la comprensión del resto, aunque resulten muy interesantes. Sin embargo el resto de capítulos, sí precisan de atención y reposo.

Esperamos que lo disfrutes, al menos tanto como nosotros creándolo.