

## AFORISMOS: cuaderno de bitácora:

"Avisos para navegantes-avis aux navigateurs-notice for boaters"

- 1) Un psicoterapeuta que ha vivido durante su infancia entre campesinos encuentra en su actividad profesional todos los ingredientes de la vida rural: la labranza del campo, la siembra, el cuidado y laboreo del terreno, la espera del producto, la recolección, la vendimia y por fin la celebración, el entusiasmo, la emoción por el resultado final. Y, además, como algo específico, parte connatural de su disposición a la observación y escucha psicológica, el psicoterapeuta espera, como el campesino, "la acción benéfica de la lluvia", mientras recela de las tormentas y del granizo. Puesto que siempre estamos a merced de los caprichos "del cielo". Por ello el psicoterapeuta no debe trabajar aislado sino, por el contrario, deberá recurrir con una cierta frecuencia al conocimiento, la pericia y protección de los profesionales expertos.
- 2) El erotismo no es un producto decadente, como lo es la pornografía, sino un síntoma de progreso natural y cultural de los seres humanos. El erotismo no es un exceso de placer, sino el fruto y la recompensa de la ostentación de la vida: "el placer del exceso".
- 3) A quien le daña la verdad, el saber y el conocimiento... no deja de ser "un auténtico homicida de sí mismo".
- 4) Una de las funciones más importantes de la psicoterapia de niños y adolescentes, a mi modo de ver, consiste en tener la habilidad profesional para, de alguna forma, conseguir equilibrar la relación de fuerzas entre los padres y el hijo o la hija. Relación que se ha desequilibrado en la medida en que los padres han minado la relación con ellos, es decir, "han destruido" a sus hijos como objetos de amor; o, también, desde la perspectiva inversa, porque los padres se han dejado destruir por los hijos como objetos de amor y de identificación.
- 5) Dos posibles errores, claramente opuestos, con relación a la tarea psicoterapéutica con niños y adolescentes, en los que pudieran caer algunos profesionales:
  - a. El/la psicoterapeuta apela desde el comienzo, por inseguridad al refuerzo y a la aprobación del comportamiento de los padres. Haciendo esto renuncia de entrada a una de sus principales tareas: fomentar y proteger el desarrollo saludable de la emancipación de los pacientes niños y adolescentes.
  - b. El caso inverso: cuando el/la terapeuta ignora totalmente la existencia de los progenitores y su importancia para los niños y adolescentes, asumiendo una actitud arrogante, autoritaria y tirana con ellos prescribiendo tareas, actitudes y comportamientos paradójicos y complejos.
- 6) *La tragedia del amor* consiste en que la necesidad de evolución, desarrollo y madurez de cada uno de los enamorados conlleva un *movimiento centrípeto*; es decir, conlleva "*hacer de sí mismo el propio centro*". Sin embargo, "*el amor*" es *centrífugo* en su propia naturaleza ya que desea y busca apoyarse, confiarse... abandonarse en "el otro".

- 7) La capacidad de amar implica poseer un conocimiento, casi científico, y una inteligente capacidad de gestión para manejar creativamente las fuerzas de atracción y repulsión.
- 8) Para no sentirse uno demasiado lastimado a causa de la “alienación de sí mismo” que conlleva tener el coraje de amar a alguien, es necesario regular la relación amorosa de manera que en ella exista simultaneidad y equilibrio, tanto cualitativos como cuantitativos, en las acciones de dar y recibir. Tanto si la pareja amorosa se atrae y permanece especialmente cercana, como si se aleja y se separa del “partner” hasta la ruptura, ambos debieran permanecer finalmente indemnes. Dichosos o doloridos, pero transformados de tal manera que el dolor no supere la capacidad de disfrutar el saldo positivo de los placeres experimentados. La capacidad de amar, en su sentido más profundo, es una obra de arte emocional y científicamente creada.
- 9) Pasar por alto los defectos de la persona amada, o bromear cordialmente sobre ellos, es la manifestación más verdadera de poseer y expresar la verdadera capacidad y la potencia de amar. La impotencia “erótico-emocional” se muestra en las variadas inhibiciones que las personas (hombres y mujeres) frágiles y enfermizas manifiestan en su relación con “el objeto de amor”.
- 10) Uno de los indicadores de la salud mental se observa en la capacidad de abandonar el interés por las personas que “rechazan sistemáticamente”. Otro indicador, asimismo, es la capacidad de abandonar el interés por aquellas otras que se ofrecen incondicionalmente y terminan quemando su interés en la fogata del egoísmo. A veces es preferible acercarse al calor profundo e íntimo de los “cínicos” o al inagotable interés de los “escépticos”