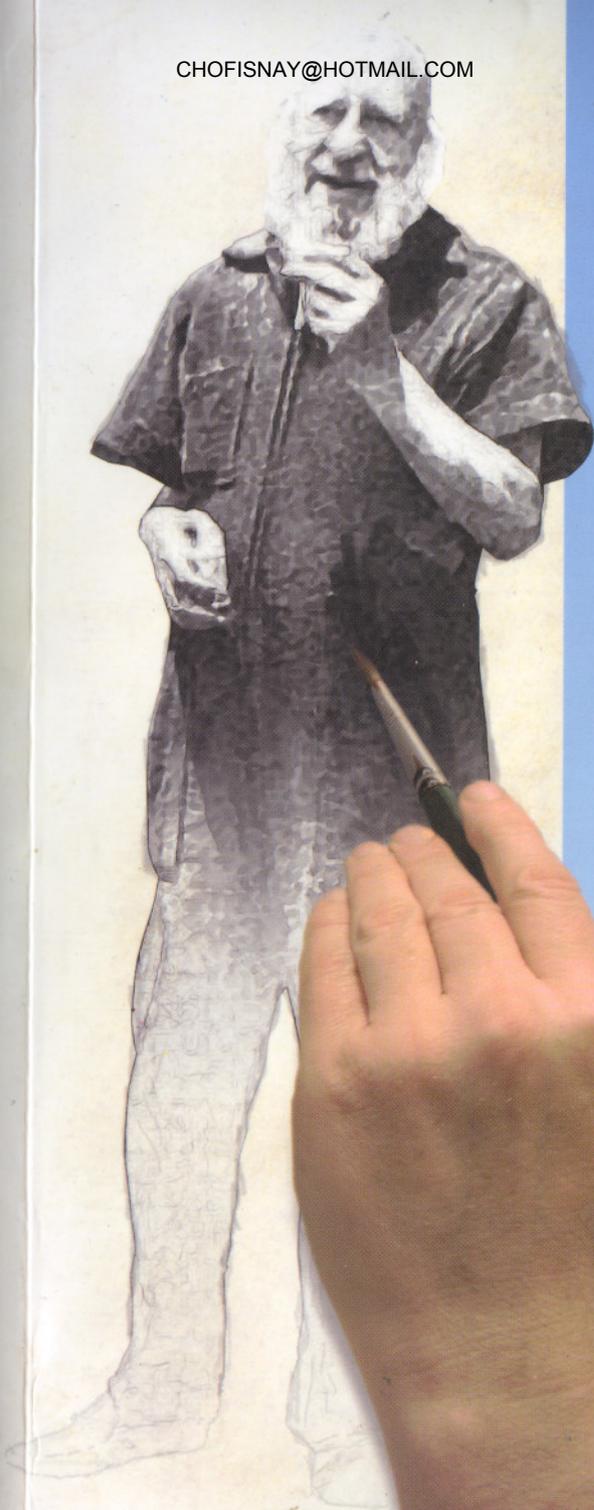


CHOFISNAY@HOTMAIL.COM



DENTRO Y FUERA DEL TARRO DE LA BASURA

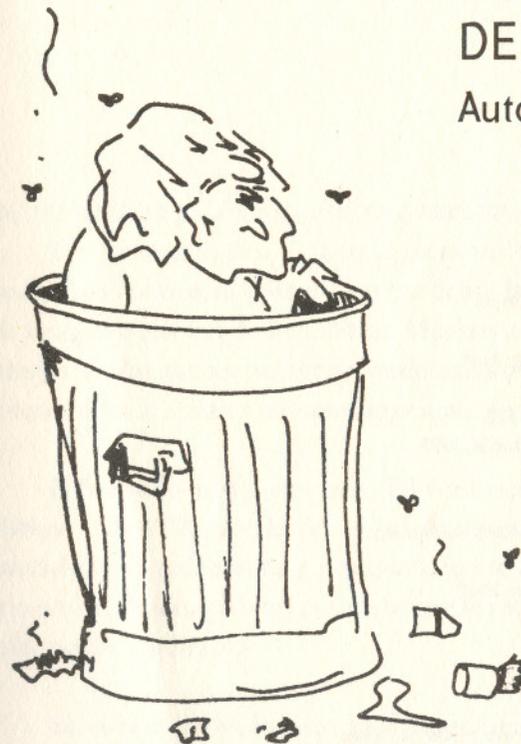
FRITZ PERLS



Cuatro Vientos

Frederick S.
Perls, M.D., Ph.D.

DENTRO Y FUERA
DEL TARRO
DE LA BASURA
Autobiografía



CUATRO VIENTOS

Este libro es traducción de

In and Out the Garbage Pail

© Real People Press, 1975

© Cuatro Vientos Editorial, 1975

Inscripción N° 44.131

Ilustraciones al texto: Russ Youngreen

Decimocuarta Edición, 2008

ISBN 956-242-023-X

Derechos reservados para todos los países
de habla hispana.

www.cuatrovientos.cl

Prólogo

NADIE hubiera publicado este libro hace veinte años.

Tampoco creo que alguien hubiera tenido la temeridad de escribirlo. Incluso ahora, el mostrar tantas debilidades es un serio riesgo para la imagen personal de Fritz Perls. Muchos años de psicoanálisis y otros tantos en las tablas no serían suficientes para desnudarse en público como lo hace Fritz en su autobiografía.

Él fue todo esto y aún más. Tal vez lo que más lo caracterizó en los últimos años de su vida fue el haber sido un maestro en el verdadero sentido de la palabra. Le gusta que la gente aprenda a mirar, a escuchar y a sentir. En una palabra, le gusta que los seres humanos estén vivos, si aún no les tocó morir.

Su vida es como lo que todos conocemos de él: verdadera por dentro y por fuera. Y más allá de lo que él mismo está dispuesto a aceptar, impactante por su generosidad y su capacidad de entrega. Siempre me han atraído las personas de edad avanzada que aman la vida y son capaces de mostrarlo. Será tal vez por el recuerdo de un viejo muy vital que me tendió la mano cuando niña.

Frederick Perls

El manuscrito de esta traducción al castellano me llegó en un momento muy difícil. Y ahora la mano de este viejo vivo, verdadero y genial permanece cerca mío. El Fritz presente, es un hombre con todas las grandezas y limitaciones. Su vida me parece como más viva que la mía en ese momento. Logra sacarme de un angustioso y destructivo círculo vicioso, detiene todos los porqués, no sólo los que me formulaba a mí misma, sino también aquellos referidos a él. Ya no me pregunto más por qué Fritz pelea contra el psicoanálisis o contra Freud. Simplemente asisto a la pelea que se configura como una hermosa lucha entre un padre todopoderoso del que se ha recibido mucho y un hijo rebelde preñado de talento y creatividad.

Sentí la inmensa generosidad de este hombre que se mantiene consecuente consigo mismo hasta el final. No predica sus verdades, las muestra. Muestra cómo cae y se levanta. Y nos permite asomarnos a su quehacer y a su vida. Si así aprendemos algo: bien. El no pretende ser un maestro y tal vez por eso mismo es tan fácil aprender algo acercándose a él. Uno puede acercarse a él en cualquier momento y en cualquier estado de ánimo. Siempre descubrirá cosas diferentes de Fritz y de sí mismo. Es una larga y verdadera amistad en que el lector y Fritz jamás agotan su interés.

Un día será nuestro espíritu crítico el que goce del cómo Fritz vive su relación con eminentes analistas y personajes de la época. Otro día entenderemos que si al leer este libro alguien aprende algo... será sólo por su propio esfuerzo. Cuando habla de filosofía, nos damos cuenta de su desapego a las citas formales y tradicionales. Fui entendiendo y adoptando su modo de pensar: lo obvio no es propiedad intelectual de nadie y siempre habrá alguien que lo mencionó antes.

Otro día, invadida por una necesidad de justicia y equidad, me emociona su verdadero reconocimiento y compromiso con Freud.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Otro día estoy más valiente y doy el paso que él da y me atrevo a mirarme a mí misma como lo hace él. Me cuesta, no es fácil ser tan honesta como es Fritz. Entonces sé, definitivamente, que este amigo increíble es la persona que más amorosamente me ha ayudado a crecer.

Adriana Schnake
Lo Barnechea, 1975



*Dentro y fuera del tarro de la basura
Coloco mi creación
Sea vivaz, sea rancia,
Tristeza o animación.*

*Alegrías y tristezas como las que tuve
Serán revisadas de nuevo
Sintiéndose cuerdo o siendo loco,
Engañado o rechazado.*

*Roña y caos, deténganse.
En vez de leve confusión
Formen una Gestalt significativa
Al final de mi larga vida.*



ESTA vez escribiré acerca de mí. O mejor: cada vez que alguien escribe, de algún modo, escribe de sí mismo. Desde luego que uno puede escribir acerca de las llamadas observaciones objetivas o acerca de conceptos y teorías, pero, de todas maneras, el observador es parte de esas mismas observaciones. Selecciona lo que está observando u obedece las exigencias del profesor, en cuyo caso el compromiso puede estar muy disimulado pero no ausente del todo.

De nuevo me sorprendí a mí mismo. Pontificando. Siempre diciendo: "Mi opinión es que..."

Me llamo Friedrich Salomon Perls; en inglés: Frederick S. Perls. Por lo general me llaman Fritz o Fritz Perls, a veces Doctor Fritz (al escribir esto me siento un tanto liviano y oficioso), preguntándome también para quién estoy escribiendo esto y, sobre todo, cuán honesto seré. Oh, ya sé: no estoy llamado para escribir confesiones verdaderas, pero me gustaría ser honesto por mi propio bien. ¿Qué puedo perder?

Me estoy convirtiendo en una figura pública. De niño judío de clase media baja a psicoanalista mediocre, hasta el extremo de ser el presunto

creador de un método “nuevo” de tratamiento y exponente de una filosofía que efectivamente podría hacer algo en beneficio de la humanidad.

¿Significa esto que soy un “hacedor de bien” o que quiero servir a la humanidad? El hecho de formular la pregunta muestra mis dudas. Creo que lo que hago, lo hago mi propio bien, por mi interés en resolver problemas y, sobre todo, para satisfacer mi vanidad.

Cuando mejor me siento es cuando soy *prima donna* y puedo farsantearme alardeando de mi destreza para colocarme rápidamente en relación con la esencia de la persona y su predicamento. Sin embargo, debe haber otra faceta en mí. Cada vez que ocurre algo *verdadero*, me siento muy conmovido, y toda vez que me comprometo profundamente en un encuentro con un paciente, me olvido completamente del auditorio y de su posible admiración y estoy *todo ahí*.

Puedo hacer eso. Me puedo “olvidar” completamente de mí mismo. Por ejemplo, en 1917 estábamos tendidos y atrincherados cerca de una estación de ferrocarril. Cuando la estación y dos trenes con municiones que estaban ahí fueron bombardeados, atendí a los heridos en medio de las explosiones sin temor ni pensamiento alguno en mi propio pellejo.

Ya, lo hice de nuevo. Haciendo alarde. Farsanteándome. Tal vez lo exagero o lo invento. ¿Dónde están los límites de la vida de fantasía? Como dijera Nietzsche: “la Memoria y el Orgullo estaban luchando. La Memoria dijo: ‘Fue así’ y el Orgullo dijo: ‘¡No pudo haber sido!’ y la Memoria se dio por vencida”.

Me siento a la defensiva. El capitán de mi batallón era antisemita. Ya antes me había retenido la cruz de hierro, pero esa vez tuvo que hacer una recomendación y recibí mi cruz.

¿Qué estoy haciendo? ¿Comenzando un juego de autotortura? Farsanteándome de nuevo. ¡Observen lo escrupulosamente honesto que estoy tratando de ser!

En cierta oportunidad, Ernest Jones me calificó de exhibicionista. No maliciosamente. Era gentil y yo le agradaba. Verdad, yo tenía algunas tendencias exhibicionistas –incluso sexuales–, pero mis intereses

voyeurísticos fueron siempre mucho mayores. Más aún, no creo que mi necesidad de farsantearme se explique fácilmente llamándola una perversión sexual.

Estoy seguro que, a pesar de todo el alarde que hago de mí mismo, no me tengo en muy alta estima.

Mi segundo nombre es Salomón. El sabio rey Salomón declaró: “¡Vanidad, todo es vanidad!”.

Ni siquiera puedo hacer alarde de que soy particularmente vanidoso.

Estoy seguro, sin embargo, que gran parte de mi farsantería es una sobrecompensación. No tan sólo para compensar mi inseguridad, sino para sobrecompensar, para hipnotizarlos y hacerles creer que yo soy algo real y verdaderamente muy especial. ¡Y no lo duden!

Durante muchos años jugamos con mi esposa juegos como estos: “¿No estás impresionada por mí? ¿Puedes acaso superar esto?”, hasta que me di cuenta que siempre me azotaba contra un muro y que no podía ganar. En esa época aún estaba interesado en la muy difundida necedad humana de que triunfar es importante, incluso un requisito.

Todo esto se reduce finalmente al fenómeno de la autoestima, del amor a sí mismo y de la autoimagen.

La autoestima, como todos los fenómenos psicológicos, se experimenta como una polaridad. Una autoestima exagerada, el orgullo, la gloria, el sentirse de tres metros de estatura, se opone a lo apocado de sentirse abajo, abyecto, rechazado, pequeño. El héroe se opone al monje.

Aún debo leer la mayoría de los escritos de Freud. Lo que me asombra es el hecho de que, con toda su preocupación por el sexo, no haya visto la relación entre la autoestima y la teoría de la libido. Del mismo modo, Sullivan, que se especializa en el sistema de la autoestima, tampoco vio la relación.

La similitud entre ese sistema con la erección y la detumescencia de los genitales me parece obvia. La erección de la personalidad total que re-

luce de orgullo contrasta con la postura abyecta de sentirse por los suelos. La quisquillosidad proverbial de la casta solterona. En la vergüenza, la sangre corre hacia la cabeza y depleta a los genitales. En alemán, los genitales se llaman *die Schamteile*—las partes de la vergüenza.

En términos freudianos, podríamos llamar desplazamiento al comportamiento libidinal del sistema de la autoestima. Al mismo tiempo, podríamos aprovechar para entender algo de lo poco que se sabe acerca de las relaciones psicósomáticas. Es obvio que la erección es una función primordialmente fisiológica, mientras que la autoestima es asunto de la “mente”: a esa función (que aparece falsamente como un lugar donde ocurren cosas) la llamo fantasía o imaginiería, crear imágenes.

Esto nos conduce directamente al ámbito de la filosofía existencial. Creo que una clarificación del problema existencial iluminará considerablemente el asunto de vanidad versus existencia auténtica; posiblemente, incluso nos indique un camino para salvar el abismo existente entre nuestro ser biológico y nuestro ser social.

Como entes biológicos, somos animales; como seres sociales, representamos roles y realizamos juegos. Como animales, matamos para sobrevivir; como seres sociales, matamos por codicia y venganza, para obtener gloria. Como seres biológicos, llevamos una vida relacionada y cimentada en la naturaleza; como seres sociales, llevamos una existencia “como si” (Vaihinger: *Philosophy of “as if”*), en la que hay una confusión considerable entre la realidad, la fantasía y el fingir. Para el hombre de hoy, el asunto se reduce a la diferencia (y muy a menudo a la incompatibilidad) entre *autoactualización* y *autoconcepto* o *actualización* de la *autoimagen*.

En 1926 yo era ayudante del Profesor Kurt Goldstein en el Instituto para Soldados con Lesiones Cerebrales. Puede que hable más adelante sobre él. En este momento sólo quiero mencionar que Goldstein utilizaba el término *autoactualización* sin que yo lo comprendiera para nada. Veinti-

cinco años después, cuando escuché a Maslow utilizar la misma expresión, aún no la podía captar, pero me parecía una cosa buena, algo así como un expresarse genuinamente uno mismo y, sin embargo, al mismo tiempo, algo que no se puede hacer deliberadamente. De ser así, resultaría siendo un programa, un concepto.

Me tomó otros años más entender la naturaleza de la autoactualización en términos de la famosa frase de Gertrude Stein: “Una rosa es una rosa”.

La actualización del *autoconcepto* ya existía en Freud; por ejemplo, bajo el nombre de yo idealizado. Sin embargo, Freud utilizaba los términos súper yo y yo idealizado indistintamente, como un malabarista. Son fenómenos absolutamente diferentes. El súper yo es la función moralística, controladora, que únicamente sería denominado un ideal por un ego cien por ciento sumiso. Freud nunca llegó al punto de entender el sí mismo (*self*)¹. Se quedó en el ego. Incluso, la gente de habla inglesa encontrará otra dificultad para seguir el raciocinio de Freud: en alemán, “ego” es idéntico a “yo”. En inglés, “ego” se acerca al significado del sistema de autoestimación. Podemos traducir “Yo quiero reconocimiento” por “Mi ego necesita reconocimiento”, pero no así “Yo quiero un pedazo de pan” por “Mi ego necesita un pedazo de pan”. A nuestros oídos, esto suena absurdo.

La autoactualización es un término bastante sencillo. Ha sido glorificado y distorsionado por los *hippys*, los artistas y, desgraciadamente, por muchos psicólogos humanísticos. Ha sido enunciado como un programa y una meta. Esto es resultado de la reificación, la necesidad de hacer una cosa a partir de un *proceso*. En este caso, significa deificar y glorificar un lugar, ya que el sí mismo indica únicamente un “donde” de un acontecer,

1. En la literatura psicológica, la palabra *self* suele aparecer sin traducción al español. En esta edición se ha traducido por: *lo propio, yo mismo, mí mismo y sí mismo*. Donde aparece como prefijo, se ha traducido por *auto*; por ejemplo, *self-esteem* = autoestima. (N. del T.). Actualmente, la palabra *self*, es un término de uso común y generalizado entre los lectores habituales de textos de psicología.

un sí mismo que debe ser contrastado (y que cobra sentido exclusivamente mediante este contraste) con *lo otro* (*otherness*)².

Al decir "lo hago yo mismo", el yo mismo está actuando como indicador, es decir, nadie más lo está haciendo. En este caso, debe escribirse con minúscula. Una vez que se deifica escribiéndolo con mayúscula, toma el lugar de una parte —y de una parte bien especial—, la del organismo entero. Algo que se asemeja a la anticuada idea de alma o de la esencia filosófica como "causa" del organismo.

Los opuestos, en este caso, son potencia y actualización. Un germen de trigo tiene el potencial de llegar a ser una planta, y la planta de trigo es su actualización.

Ahora bien, autoactualización significa que el germen de trigo se va a actualizar a sí mismo como una planta de trigo y jamás como una planta de avena.

Voy a tener que interrumpir aquí. Si este escrito llega a ser publicado alguna vez, probablemente el editor tendrá que sacar lo que sigue o situarlo en su verdadero contexto.

Uno de mis mayores "problemas" es este afán de farsantearme. El otro "problema" es fumar y envenenarme a mí mismo. Éste puede esperar para más adelante. Cómo es, y cómo se relacionan la frecuente sensación que tengo de aburrimiento con el farsantearme, es lo que espero descubrir en el transcurso de esta escritura. A menudo en las conversaciones pido aprobación, reconocimiento y admiración. Incluso muchas veces empujo o llevo la conversación a ciertos tópicos no tanto para ser brillante y lucirme, sino para hacer alarde del reconocimiento que yo, o lo que es lo mismo, la Terapia Gestáltica, está recibiendo. El aburrimiento a menudo me incita (¡véase cómo me desentiendo de *mi* responsabilidad en producir *mi* aburrimiento!) a ser antipático con las personas o hacer de "pájaro de mal

2. *Otherness*, palabra compuesta por *other*, otro, y el sufijo *ness*, que denota la sustantivación. Significa "capacidad o cualidad de lo otro". En la literatura filosófica suele traducirse por "otredad". (N. del T.).

agüero" o a flirtear y a realizar juegos provocativos. Esto va a requerir de mayor discusión y en un contexto diferente. Cabe aquí algo que me halaga: en un artículo sobre Esalen, el diario *The Nation* escribió: "Y todas las chicas están de acuerdo; nadie besa como Fritz Perls".

Últimamente he encontrado un escape más constructivo al aburrimiento: sentarme a escribir. Sin la sensación de aburrimiento, seguramente no me sentaría aquí a escribir frases en el papel.

Esto se parece a lo contrario de ciertas investigaciones que hice en un hospital mental donde el aburrimiento era resultado del bloqueo de intereses genuinos.

¿Tendré que llegar ahora a la conclusión de que la autoglorificación es el interés genuino para el cual vivo, de que trabajo y me esclavizo en beneficio de la imagen del Gran Fritz Perls? ¿De que no me actualizo a *mí mismo*, sino a un *concepto* de mí mismo?

Esto, súbitamente, me parece tan ejemplar, y también "debeístico". La actualización del autoconcepto como pecado. ¿Me estoy volviendo puritano?

De modo que de vuelta a la "virtud" de la autoactualización y la *realidad* de la autoactualización.

Veamos qué pasa si llevamos al absurdo los ejemplos de los gérmenes del trigo y la avena.

Es obvio que el potencial del águila se actualizará al surcar el cielo, lanzándose en picada atrapando animales pequeños, y construyendo nidos.

Es obvio que el potencial de un elefante se actualizará en su tamaño, su fuerza y su torpeza.

Ningún águila quiere ser un elefante; ningún elefante quiere ser un águila. Ellos se "aceptan" a sí mismos; se aceptan a ellos mismos. No. Ni siquiera se aceptan a sí mismos, ya que esto significaría posible rechazo. Se dan por sentado. No, ni siquiera es esto, ya que implicaría la posibilidad de ser otra cosa. Simplemente son. Son lo que son lo que son.

¡Qué absurdo sería si ellos, como los humanos, tuvieran fantasías, insatisfacciones y autodecepciones! Cuán absurdo sería que el elefante, can-

sado de caminar por la tierra, quisiera volar, comer conejos y poner huevos. Y que el águila quisiera tener la fuerza y el cuero duro de la bestia.

Dejemos esto a los humanos: tratar de ser algo que no se es, tener ideales que no se pueden alcanzar, estar condenados por el perfeccionismo para estar libres de críticas, y así abrir el camino a la tortura mental sin fin.

La brecha entre el potencial que uno tiene y su actualización, por un lado, y la distorsión de esta autenticidad, por el otro, se hace evidente. El "debeísmo" (*debe-ismo*) mete su horrible cabeza. "Debiéramos" eliminar, desposeer, reprimir, negar muchas fuentes de cosas genuinas y agregar, representar, jugar a, desarrollar roles sin apoyo de nuestro *élan vital*, de lo que resultan comportamientos falsos en diversos grados. En vez de la plenitud de la persona entera, tenemos la fragmentación, los conflictos, la desesperación no sentida de la mente de cartón.

La homeostasis, el sutil mecanismo del organismo autoregulante y autocontrolante, se reemplaza por una manía controladora sobreimpuesta que socava el valor de supervivencia de la persona y la especie. Los síntomas psicósomáticos, la desesperación, la lasitud y el comportamiento compulsivo reemplazan la *joie de vivre*.

La brecha más profunda, durante largo tiempo arraigada en nuestra cultura, es la dicotomía mente/cuerpo: la superstición de que hay una separación, y al mismo tiempo una interdependencia, entre estas dos clases diferentes de sustancia, la mental y la física. Una serie interminable de filosofías han sido creadas sosteniendo que es la idea, el espíritu o la mente los que causan al cuerpo (por ej., Hegel). En un sentido material, aquellos fenómenos o epifenómenos, como se han dado en llamar, serían el resultado o la superestructura de la materia física (por ej., Marx).

No es ninguno de estos dos casos. *Somos* organismos, no *tenemos* un organismo. *Somos* una unidad integral, pero tenemos la libertad de abstraer muchos aspectos de esta totalidad. *Abstraer*, no *substraer*, no despedazar. Podemos abstraer según nuestro interés, ya sea el comporta-

miento de aquel organismo o su función social o su fisiología o su anatomía o esto o aquello. Pero tenemos que estar alertas y no caer en la tentación de tomar una abstracción como si fuera "parte" del organismo entero. Ya antes he escrito acerca de la relación del interés y la abstracción, de las apariencias y el surgimiento de *gestalts*. Podremos tener una combinación de abstracciones; podremos aproximar el conocimiento de una persona o de una cosa; pero nunca podremos tener el *darse cuenta* (*awareness*) total³ de (hablando en términos kantianos) *das Ding an sich*, la cosa en sí.

¿Me estoy poniendo demasiado filosófico? Mal que mal, necesitamos con bastante urgencia una nueva orientación, una nueva perspectiva. La necesidad de orientación es una función del organismo. Tenemos ojos, oídos y todo lo demás, para orientarnos en el mundo, y tenemos los nervios propioceptivos para saber qué está ocurriendo dentro de nuestro pellejo. El filosofar significa reorientarse uno mismo en el mundo propio de uno. La fe es una filosofía que da por sentado el marco propio de referencia.

El filosofar es un ejemplo extremo de nuestros juegos intelectuales. Pertenece esencialmente a la clase de los juegos de "calzar".

Posiblemente haya otros juegos, pero yo veo dos tipos de juegos que dominan muchas de nuestras orientaciones y acciones: los juegos de comparar y los juegos de calzar. Las abstracciones son funciones orgánicas, pero una vez que separamos a las abstracciones de su contexto, las aislamos, las convertimos en símbolos y datos, entonces se convierten en material para juegos. Tomen los juegos de palabras y los crucigramas como ejemplos de cuán lejos podemos llegar a separar las abstracciones de su contexto original.

El libro más importante sobre juegos que conozco es *El juego de abalorios* de Hermann Hesse. Me parece muy sensato ver a Bach jugando con

3. La palabra *awareness*, que aparece muchas veces en este libro, no tiene traducción directa al español. *Aware* significa darse cuenta, percatarse, tomar conciencia. El sufijo *ness* se utiliza para formar el sustantivo, por lo que en esta edición aparece traducida con mayor frecuencia como el darse cuenta. (N. del T.).

sonidos, formando tramas complicadas con los temas, devotamente involucrado en oraciones extáticas.

No puedo dejarme guiar por el *dictum* de que el juego es malo y la seriedad es loable. Los *scherzos* del maestro no son serios; sin embargo, de todos modos es sincero. Los cachorros están jugando. Pero, ¿aprenderían a cazar y a vivir sin tales juegos?

Estoy confuso:

Quiero jugar mi juego de calzar.
Alérgico como soy a las inconsistencias,
Desordenado como soy
En hábitos –mi pieza y mi ropa–,
Necesito del orden en mis pensamientos.
Relacionando trocitos y pedacitos a un todo,
Gestalt y Caos están luchando.
¿Qué otra cosa es entender?

Comencemos con el sexo,
Los muchos juegos que hombre y mujer
Y padres con sus hijos juegan:
Desde un tocar cariñoso, hasta violación y muerte;
Los muchos miles de tipos y matices
Pervertidos o normales;
Las torturas y los juegos delectables.
El fin emerge con suficiente claridad:
La meta final es el Orgasmo.
No más control,
El ritmo aumenta.
La naturaleza no pensante tiene su modo:
Un acontecer sin los juegos.

Entregarse al unísono.
Un profundo retraerse del mundo
Y cerrar de una fuerte Gestalt.

Dos etapas están involucradas: esto es claro.
Una es hacer el amor de muchas maneras;
Y fornicar es la otra etapa.

Una es algo con miles de esplendores: sublime y sublimado;
Es un *medio mediante el cual*, como dice Dewey.

Semejanza con fuerza que explota.
Como animal la *ganancia final* se muestra.

La ganancia final es una calma feliz.
La “Nada” del Nirvana no se queda más que por un rato.
La Gestalt se cierra y la satisfacción barre
A través de los poros de piel y alma.

Pero la vida continúa. Otra necesidad, otro juego,
Emerge de un vacío fértil.
Un apetito, una tarea, una herida
Aún abierta, bien echada de lado por el sexo
Exige atención, clama por tus oídos.
¡Despierta y actúa!
¡Ya que la vida continúa, un arroyo interminable
De Gestalt incompleta!

La vida continúa, este libro también.
Aunque algunos días no escribo nada.
Mostré las páginas anteriores a algunos amigos,
Porque estaba contento de qué, de la nada,
Súbitamente escribo al compás,

Frederick Perls

Sintiendo que trasciendo la seca descripción.
 Como un nuevo estilo que viene.
 Desde mencionar la música a quedarse en ritmo,
 Jugando con palabras, y, sin embargo, al mismo tiempo,
 Una imagen que se expresa a sí misma.
 Una Gestalt total que se proyecta en el papel.

Tengo que escribir acerca de mí mismo.
 Yo soy mi laboratorio.
 La privacía de tus vivencias es desconocida para mí,
 Excepto por revelaciones.

No hay ningún puente entre hombre y hombre.
 Adivino, imagino, empatizo, sea lo que fuera que esto significa:
 Porque extraños somos y extraños nos quedamos,
 Excepto para algunas identidades donde tú y yo
 En semejanza nos amalgamamos;
 O, mejor aún, donde tú me tocas a mí
 Y yo te toco a ti.

Donde lo extraño se siente familiar.
 La mayor parte del tiempo estamos jugando juegos
 Y damos vueltas y vueltas como satélites
 Evitando tocarse, chocar.
 Aún estoy jugando autísticamente con ritmos de palabras,
 Luchando para volver al tema relevante.

Yo quería discutir.
 También quiero aprender
 A escribir en verso.
 No versos que rimen, sino que rítmicamente
 Fluyan hacia abajo:
 Arriba y abajo,

Dentro y fuera del tarro de la basura

Que fluyan como el agua
 Ondulando suavemente.
 Igualmente prosa, para decir lo que quiere venir
 A la mente y al corazón.
 Ni ciencia seca,
 Ni poesía.
 Gestalt que surge de un fondo.
 La vida viviéndose ella misma.
 No muerte plástica.

Pero las palabras son sociales, ¿acaso no lo son?
 Así es que trastabillando hacia abajo desde la vida propia,
 Hasta palabras que juegan juegos de computación.

Sin embargo, jugar juegos con reglas severas
 Me da apoyo y destreza creciente.
 ¡No juegos a ganadores que se mofan de derrotas!
 ¡Esto es demasiado fervoroso, cercano a la muerte!
 El júbilo de nuevas maneras descubiertas,
 Aprender nuevas maneras de ser,
 Inventando lo que antes no era
 O arriesgando palabras hasta ahora no pronunciadas.

“Descansa, Fritz.
 Has hecho bastante.
 Encontraste tu Zen, Tao y verdad.
 A otros también, lo hiciste claro.
 Crecimiento interminable de contienda honesta.
 ¿Qué más quieres?
 ¿Aún no es suficiente?”

No más voracidad, no más. Descanso pacífico.
 Que se sienta quieto, no como cubos congelados.

Un descanso que se mueva desde adentro hacia afuera,
Desde afuera hacia adentro, en estilo rítmico.
Un péndulo que es como el tiempo.
Un corazón que late, se contrae y se va.
Contacto-retiro, mundo y yo mismo
En armonía suplemental.

“Ven, predícale a otros lo que quieres.
Quieres decir tú mismo y no el mundo.
Porque los espejos están donde supones;
Tú miras a través de la luz y la oscuridad de la ventana;
Te ves a ti mismo, no nos ves a nosotros.
Proyéctate, deshazte de ti.
Tú mismo empobrecido, recupera lo que es tuyo.
Conviértete en la proyección, juégalo hondo.
El rol de los demás eres tú mismo.

Ven, recupéralo y crece un poco más.
Asimila lo que has desposeído”.

“Si tienes odio por ahí,
Esto eres tú mismo, aunque difícil de llevar,
Porque tú eres yo y yo soy tú.
Tú odias en ti lo que desprecias,
Te odias a ti mismo y crees que soy yo.
Las proyecciones son las cosas más malditas:
Te joden y te enceguecen,
Convierten lomas en montañas
Para justificar tu prejuicio.
Despierta a tus sentidos. Velo claramente.
Observa lo que es real, no tus pensamientos”.

¿Pero qué es real? ¿Acaso uno lo sabe?
Ahora estoy estancado, eso sí que es seguro.
Aparecen los síntomas del *impasse*:
Confusión, pánico y lamento.
“Uno” no puede decidir: “esto” no fluye.
Prometo bienes, me defiendo.
Me quiero mover, pero pegado en el barro
No puedo levantar mis botas para avanzar.

Demasiado enamorado con el ritmo-flujo
Para dejar que predique el profesor.

Y separando fenómenos
Que son oscuros y necesitan perspectiva de luz
Para aclarar lo desconocido.

¿Qué es lo que sabemos de los juegos?
¿Cuál es el opuesto?
El rey Lear en escena no tiene reino.
Apenas abandona los telones shakespereanos, la corona de
[papel.

Tal vez es un atorrante borracho
Sin un cobre ni un hogar;
Pero el rey en el proscenio también está solo.
Sin un reino ni un hogar.
Entonces, ¿qué es real?, ¿qué es juego?
Pregúntenle a Pirandello, pregúntenle a Genet.
Ellos conocen la zona del crepúsculo,
Del juego y la verdad.
Puede ser esto,
Puede ser aquello,
Pueden ser ambos juntos.

Porque jugar tiene un doble objetivo:
 Felicidad de crecer.
 Niega el estancamiento
 Que viene de igualdad e implosión.
 Los clisés, esquemas que no cambian,
 Están seguros y a salvo como la muerte.
El rigor mortis, rigor vitae
 Son tan parecidos de muchas maneras,
 Como Freud lo ha visto.
 Freud también descubrió esta cosa estupenda:
 Que el pensar es ensayar, hacer la prueba.
 ¿Pero para qué estamos ensayando?
 ¿Una obra de teatro, una acción? ¿Qué función?
 Sin ensayar nos arriesgamos,
 Somos espontáneos,
 Impulsivos,
 Listos para actuar sin cuidado
 De peligros
 Verdaderos o imaginarios.

Sin ensayar saltamos adentro,
 Sin probar calor o hielo:
 "Al diablo con las consecuencias".
 A lo héroe

Con anteojeras para la supervivencia.
 Pero la mayoría de nosotros somos distintos.
 Temerosos de los riesgos, debemos asegurarnos
 Que nada ocurra que perturbe
 La segura rutina de nueve a cuatro.
 Seguros, pagar cheques, relaciones fijas.
 Nos hemos ensayado para roles sociales,
 Con aprendizaje universitario y grados,

Comportamiento correcto para el éxito,
 Trepando centímetro a centímetro
 Por la escalera hasta llegar a la cumbre.
 Hacemos el ruido más grande en esta tierra,
 Malgastando fuerza con fines sádicos,
 Juntando dinero que no necesitamos.

Una úlcera estomacal insinúa el apetito.
 Una mueca reemplaza a la risa.
 Relaciones mejores que en una amistad colocan
 Un esfuerzo en nuestro actuar, recobrando en vano
 Nuestra alma en la iglesia dominical
 Y en las resoluciones de Año Nuevo.

Y hay otros lados de esto mismo:
 El niño bueno es un badulaque rencoroso.
 El limpio es compulsivo.
 El débil hace un disparo a escondidas.
 El solícito se torna en una peste intrusa.
 Los sueños de la infancia convertidos en pesadillas
 Para amargar nuestra existencia.
 ¿Qué es lo que hicimos? ¿Qué representación horrible siguió
 De toda esa promesa regalada?

Doy por cierto que el espermio
 Que gana la carrera entre millones de aspirantes,
 Puede no ser el elegido.

Es posible que el óvulo elija su pareja.
 (La mecánica no se aplica a la vida)
 La vida es "un darse cuenta" de sus necesidades,
 Son sentimientos que se auto apoyan. Cada célula elige,
 Asimila nutrición del plasma.

Utiliza sustancia de donde fabricar
La bilis, las hormonas o los pensamientos.
Tiene una mente, conoce su trabajo.
Tiene una conciencia social.
Su propia supervivencia está a tono y sirve
Al organismo total.

No así la egoísta célula cancerosa,
Que quita lo que las demás células
Requieren para su propia vida, una criminal
De micro vida.
Las células saben mucho más
De lo que creemos en nuestro arrogante computer.
El "darse cuenta-sintiendo" (que hemos perdido)
Está aún intacto, si lo dejamos ser.
El óvulo, por lo tanto, puede no aceptar
Al más ambicioso de los pretendientes.

Un matrimonio se perfecciona.
La unicélula comienza a dividirse, a proliferar.
El hombre potencial, autoactualizante como hombre naciente,
Recibe apoyo, sí, todo el apoyo correcto.
En el vientre de la madre.
El alimento, el calor, el oxígeno.
Las piedras para construir están ahí,
Para estructurar planes predeterminados por genes.
Puede nadar, escucha, da pataditas,
Para conseguir espacio vital,
Lebensraum donde movilizar sus músculos.

Un nacimiento doloroso, cambio tremendo:
Ningún refugio, calor u oxígeno.
Ahora tiene que respirar,

Porque la vida es aliento.
(El logos del aliento de la psique se llama *sychologica*).
La primera necesidad de apoyarse a sí mismo aparece.
Quieres vivir, entonces recobra tu aliento.
("niño azul" se le llama a este *impasse*,
Que sirve de modelo a muchos más tarde)
Porque la muerte vendrá si no se arriesga
Una respiración que se mantenga a sí misma.

Llora en el dolor, porque el llanto es aliento,
Para sobrellevar tu *impasse*
Y el crecimiento prosigue. Más auto
Apoyo, más auto apoyo, más auto apoyo
Reemplaza ayuda externa.
El apoyo desde afuera se retira.

Uno aprende a caminar y no es acarreado.
Uno juega con sonidos, luego palabras;
Comunicarse, expresarse a sí mismo.
Uno saquea el refrigerador si no es alimentado,
Uno escoge sus amigos, si el amor retrocede.
Uno gana su pan, forma ideas propias
Y toma su lugar entre sus iguales.
Ahora estás crecido.
Respondiendo a la existencia,
Sin ser una carga para los demás,
Ni un neurótico que exige
Apoyo de fuentes externas.

Yo llamo neurótico a cualquier hombre
Que usa su potencial
Para manejar a otros.

En vez de crecer él mismo,
Toma el control, se pone maniático del poder
Y moviliza a amigos y parientes
Donde él es impotente
Para usar sus propios recursos.
Hace esto porque no puede soportar
Tales tensiones y frustraciones
Que van junto con el crecer.
Y además: arriesgarse es demasiado arriesgado
Y él es demasiado temeroso para un riesgo así.

Él piensa que está perdido sin ayuda,
Se lo traga a uno, lo envuelve, lo usa,
Sin atender a tus requerimientos.
Manejar a otros es un arte
Que él adquiere tempranamente.
Representa algunos roles, bien seleccionados,
Para dominar a otros que creen en él.

Forma un carácter que, impermeable,
Lo hace a uno creer que es genuino
Donde ojos expertos, bien acostumbrados a los trucos,
Descubren únicamente falsedad.

¿Qué juegos juegan nuestros pacientes?
¿Qué roles consideran?

Los más frecuentes son juegos de dependencia:
"No puedo vivir sin ti, querido".
"Eres tan grandioso, tan sabio, tan bueno".
"Tú resuelves mis problemas por un arancel,
O mejor aún, porque yo te gusto".

El juego "ay de mí" es también conocido
Por ser bien efectivo,
Para derretir un corazón que parece alejado
Y cruel y rechazante;

Echa a correr esas lágrimas de fácil fluir,
Mi hermosa gatita engañadora,
Hasta que se corra el maquillaje borronando
Tu hermosura fotogénica.

El Chantaje es otro juego:
"Ahora te detesto, me voy a matar.
Seré redimido, pero tú tendrás
Una pésima reputación".

La transferencia es un lindo juego
Que puede ser jugado para siempre.
"Lo veo como mi padre, doctorcito,
Cariñoso e inteligente".
¡Lo que él ha hecho y ha dejado de hacer!
Lo que él debiera hacer y no debiera hacer!
Lo que recuerdo u olvido
¿Por qué me acosté con mi madre?
Estoy tendido en tu lindo diván
Durante años, décadas y siglos
(¡Si llegara a vivir tanto!)
Evitando tocarte y conocerte,
De modo que ambos juguemos imperturbados
Con símbolos, introspección y tabú.

Realmente estoy comenzando a divertirme.
Especialmente escribiendo este *sketch*,

Devolviendo el golpe al psicoanálisis.
Después de todo, Freud,
Te di siete de los mejores años de mi vida.



Estoy intranquilo. Me siento excitado de escribir en versos. En especial el último, que siento como un clímax. Hay muchos otros roles y juegos que deberán ser descritos. Ev Shostrom en *Man the Manipulator* y Eric Berne en *Games People Play* han escrito largamente sobre este tema.

Cuando era joven, en Alemania, escribía algo de poesía. Desde 1934, época en que comencé a hablar inglés, he tenido tan sólo contactos muy ocasionales con la poesía. Ahora es muy excitante jugar con los ritmos y al mismo tiempo expresar algunas cosas que para mí son significativas, y ojalá que para usted también.

No empujes el río, fluye por sí solo.

Ahora estoy cansado. Juntémonos alguna otra vez y hablemos acerca del *impasse*.

Los rusos, se me ha dicho, lo llaman el punto enfermo. Ellos sostienen que hay un núcleo en el centro de la neurosis que no puede ser tratado. Sin embargo, las energías alrededor de ese núcleo pueden ser reorganizadas y puestas a desempeñar trabajo socialmente útil.

La psiquiatría estadounidense no ha reconocido en forma explícita ni ha aceptado el *punto enfermo*, a pesar del hecho de que con todas las formas de terapia que han perdurado en el tiempo, sostenidas tal vez por

cien escuelas diferentes, rara vez se ha conseguido una plena curación de neurosis.

Básicamente, el paciente mejora y mejora, pero en principio mantiene su *statu quo*. Podría ser que la neurosis es un síntoma social de una sociedad enferma. Podría ser que para la mayoría de los terapeutas, hacer terapia es un síntoma antes que una vocación: exteriorizan sus dificultades y trabajan sobre ellas, ahí, en otras personas antes que en ellos mismos.

Ciertamente muchos de nosotros vemos la paja en el ojo ajeno antes que una viga en el propio. "Si tienes moscas en tus ojos, no puedes ver las moscas en tus ojos" (*Trampa 22*)⁴.

Pudiera ser que una neurosis, por equivocación, se considere como un problema médico. Frecuentemente, la neurosis es considerada una enfermedad, en lugar de ver que la enfermedad es una neurosis: hacerse el enfermo, simular enfermedad, es una de las muchas maneras como los inseguros manejan al mundo. De hecho, la brecha entre la simulación de una enfermedad y la enfermedad neurótica es verdaderamente estrecha. Como psiquiatra del ejército tuve bastantes oportunidades de estudiar esto, particularmente cuando una falta de confianza exigía el apoyo ambiental proveniente de un subsidio.

Yo considero que la neurosis es síntoma de una maduración incompleta. Esta idea podría conducirla hacia un nuevo enfoque: considerar la neurosis desde un punto de vista educacional en lugar de un punto de vista médico.

También incluiría una reorientación de las ciencias conductuales.

Lawrence Kubie está bien encaminado al hablar de la necesidad de una disciplina nueva; un doctorado que no fuera ni médico ni psicológico, sino de integración de cursos esenciales de medicina, psicología, filosofía y educación.

4. Paradoja de la novela *Catch 22* de J. Heller, que dice: "Si dices que no puedes volar en el bombardero porque estás loco, es que estás muy cuerdo y tendrás que volar" (N. del T.).

Si yo me fuera a convertir un día en una "Vaca Sagrada" y la gente me escuchara, de todas maneras abogarí por tal disciplina, tanto que promovería la formación de comunidades Gestálticas como un medio eficiente para producir gente verdadera.

Con la experiencia recogida de los laboratorios, me he convencido que un lugar así serviría para que cada uno de los participantes pudiera, dentro de unos pocos meses y con la ayuda adecuada, descubrir su potencial para actualizarse a sí mismos como personas responsables, siempre creciendo, y atravesar ese *impasse* que bloquea todas las posibilidades de lograr tal hazaña.

Podrá manifestarse un *impasse* de muchas maneras diferentes, pero en todos los casos estará cimentado en una distorsión fantasiosa (basada en la fantasía) de la realidad observable. Un neurótico es incapaz de ver lo obvio; ha perdido sus sentidos. La persona sana confía más en sus sentidos que en sus conceptos y prejuicios.

En el cuento de Andersen "El traje nuevo del emperador", todas las demás personas están hipnotizadas, pero el niño no se hace ilusiones. El emperador está tan desnudo como él.

Con iracundo murmullo, los adultos fruncen el ceño:
"No puedes ser tan audaz.

El traje del emperador es hermosísimo.
Tú, estúpido, simplemente no lo puedes ver".

El niño está atónito: un mundo se derrumba.
"¿Cómo puedo confiar en mis sentidos?
¡Me quieren sólo si no puedo ver!
Necesito de su amor más que de la verdad.
Es difícil de tragar, pero yo acepto
mi lección de adaptación".

Podría haber ocurrido de otro modo
(¿Quién conoce las leyes de los cuentos?)

Si yo permito que el niño grite:
"¡El rey, el rey está en pelota!",
Y si ni ceños fruncidos ni reproches
Reprimen las protestas del niño,
Él podría desenmascararlos como unos estúpidos
Que toleran la decepción.
¡¡¡Oh, qué vergüenza, mi rey caído,
Autoengañador, engañador engañado!!!

Estoy descubriendo que no basta con el ritmo de arriba y abajo. Tiene que haber un tema musical que relacione las líneas. Siento que de vez en cuando esto ocurre.

Un poema debiera ser como un canto,
Flotando libremente en un valle,
Al igual que un gong chino vibrando.

La línea siguiente no quiere aparecer. ¡Yo soy mis garabatos! No quiero perder tiempo ensayando y calzando palabras. No quiero quedarme atascado en que la forma aventaje al contenido. No quiero crear un *impasse* por admitir ambiciones.

Ninguna fuerza ni tensión deberá interferir
Cuando me pongo a escribir.
Y si apareciera un crítico,
Con desdén y mordiscos,
Me daré vueltas y le armaré un infierno.
Y le diré que estoy deseoso
De mostrar que yo también, y muy bien,
Puedo ser bastante bravo.

Fritz (desafiante): ¡Y qué más da! Me pillaste en una contradicción y jugando al juego de calzar rimas con rimas.

El "darse cuenta" es lo último,
 Es un universal.
 Teníamos únicamente dos dimensiones
 Y ambas en separación:
 El "espacio" que cubre todo el "dónde"
 Y "tiempo" que responde al "cuándo".
 Minkowski-Einstein los hicieron uno
 Como proceso, siempre con algo de
 Extensión y duración.

Agregando ahora este *darse cuenta*
 Tenemos una tercera dimensión.
 Definiendo la materia y declarando:
 "Acepta una nueva extensión":
 Un proceso que se *da cuenta de sí mismo*.

No como carbón reflejando luz,
 Sino como ámbar iridiscente,
 Que brilla con su auto abastecido brillo,
 Que quema y muere en transformación.

Así la materia vista por mis ojos
 Se convierte en una deidad.
 Y tú y yo, y yo y Tú
 Somos más que materia mortal.
 Participando, existimos
 En un estilo verdaderamente de *Buda*.

El Dios triple es último,
 Él es poder creativo
 De toda la sustancia universal.
 La *primma causa* del mundo.
 Él se estira en eternidad

Y Él se expande, es infinito.
 Él es omnisciente, luego consciente
 De cualquier cosa que hay por saber.

Luego la materia también es infinita.
 El espacio de todos los espacios,
 Y el tiempo se llama eternidad;
 Si es que no cortamos en pedazos
 Un trozo restringido por relojes
 Para medir su duración.

Cuando Berkeley-Whitehead había asumido
 Que la materia tiene "*noción de sí*" (*awareness*),
 Sabíamos con certeza que era verdad.
 Y aún lo podemos demostrar.
 Uno puede condicionar a cualquier ratón
 A orientarse en un laberinto.
 Puede ahora mostrar a su pequeño badulaque
 Una destreza que será útil para un roedor,
 Un hecho que asombrará
 Al joven estudiante conductual.

Luego le das de comer su cerebro molido
 A cualquiera de sus ratas compañeras:
 Esto le da sabiduría material.
 No necesita atravesar toda la tarea
 De ensayo y error.

El condicionamiento es tan aburrido
 (Siempre recompensa y terror).

Un árbol crecerá
 Y extenderá sus raíces

Frederick Perls

Hacia el fertilizante jugoso.
Desentierra ese alimento tentador
Y entiérralo en otro lugar
Y observa las raíces que se doblan
¡Corrigiendo su dirección!

No podemos explicar
Llamando a esto "mecánica",
Tropismo que es sensitivo,
Vivo, dándose cuenta de sus necesidades.
Esto que pareciera ser su verdadera denominación.

De modo que heredamos muchas destrezas
De ancestros que no podemos trazar.
Y la unidad de materia y mente
Es organísmica de verdad.

Es muy posible que una molécula tenga
Un *quantum* chiquito, chiquito;
Un billonésimo de un billonésimo
Del *darse cuenta*, como ésta, que es aún
Imposible de medir.

Los mamíferos tienen un sentido especial
donde se condensa el *darse cuenta*.
El cerebro, donde los nervios de muchas clases
Comunican el *darse cuenta*.
Darse cuenta es experiencia.
Experiencia es *darse cuenta*.

Sin el *darse cuenta* no hay nada,
Ni siquiera conocimiento de la nada.
No hay encuentro azaroso,

Dentro y fuera del tarro de la basura

De nada con nada.
Y los sentidos sensoriales no tienen lugar
Como para adquirir contenido.
Lo subjetivo y lo objetivo
No pueden fundirse en uno.

El darse cuenta es lo subjetivo.
El objeto es aquello por
Lo cual es objeto.
Y todos los medios del mundo,
La vista, el sonido, pensamientos y tacto,
Están basados en un terreno común.
Que denominando declaro
El *medium* de todos los *media*
No es más que darse cuenta.
Que se diferencia—como los ojos y oídos
Como *kinesthesia* y como tacto,
Como oler—maloler—oler.

La omnipresencia de Dios
Está reflejando el *darse cuenta*.
La experiencia como fenómeno
Aparece siempre en el *ahora*;
Esto es ley para mí:
Un presente que presenta la presentidad,
Una certeza que verdaderamente significa realidad.

La realidad no es más que
La suma de todo el *darse cuenta*
Como tus vivencias, el aquí y ahora.
La última ciencia aparece entonces

Como la unidad del fenómeno de Husserl.
Y el descubrimiento de Ehrenfeld:

El fenómeno de todos irreducible,
Aquel que él llamó *Awareness*
Y aún nosotros llamamos
Gestalt.

Filosofar es aburrido,
Y no lo vayas a negar.
Si pudieras chapotear por todo eso
Que en la sección anterior
Pontificando mostré.
Entonces, te mereces clarificar
Lo que es oscuro; lo que calza
Donde aparecen huecos y donde el incompleto
Conceptualizar requiere reparos.



Porque yo estoy predispuesto, como tú, y
Tengo una perspectiva incompleta.
Vagamente esperando poder crear

El centro de un enfoque
Que abrazará consistentemente
Las esferas y las cosas, las disciplinas,
La mente, el cuerpo, medicina

Y el crecer.
Filosofía
Que ojalá irá a envolver a
Los humanos
Y el todo.

Desde ya, como se sostiene,
La teoría
De nada más que *awareness*
Ha mostrado su eficacia.
No podría decir que "se desató el infierno"
Cuando publiqué ese concepto,
En mil novecientos cuarenta y dos.

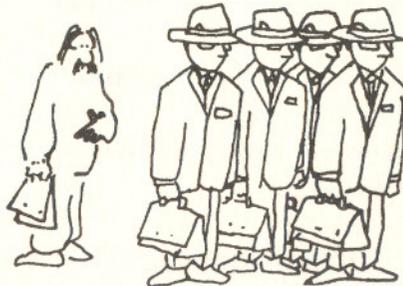
Pero numerosos grupos se han formado
Con muchos nombres raros:
Los grupos T y los grupos de encuentro⁵
Y de alerta sensorial.
Los microlaboratorios y otras etiquetas
Para entrenarse en
Tralarirará, sensibilidad, sensibilidad.
(Suena como una máquina,
La música parece que sobrelleva
Una seria discusión).

5. Una de las denominaciones que se da a las formas de terapia de grupo prolongadas. Otras denominaciones son: Taller (*Workshop*), Laboratorio (*Laboratory*), Maratón (*Marathon*). (N. del T.).

Esos no son impostores, tienen buenas intenciones;
 No siempre son imitadores, pero tienen tendencias segmen-
 [tarias:

Imposible armarles un infierno,
 Por usar partes tan sin relación,
 Hacia crecer y ser enteros
 Olvidando luego algunos pasos importantes,
 Hacia alcanzar la meta terapéutica:
 Hacia centrar la propia existencia.
 Sin un centro te desesperas,
 Por alguna vez ser de verdad.
 El hombre hueco de nuestro tiempo,
 El robot de plástico, el cuerpo viviente,
 Inventará mil maneras
 Para destruirse a sí mismo.

Sin un centro estamos perdidos,
 Nos tambaleamos sin tomar posiciones.
 Sí: desatento, sin gracia equilibrada,
 Sí: gelatina y rigidez,
 Y clisés y desilusiones
 Caracterizan al hombre moderno
 De mil novecientos sesenta.



No tiene centro, tiene muerte,
 Un estupor catatónico.
 Necesita excitación, artefactos.
 No importa en qué estrato
 De la alta o baja sociedad
 Está gastando su existencia:
 El banquero necesita su alcohol,
 El hippy, marihuana.

Para incitarlos y olvidar,
 Que con un centro sano,
 Hay excitación lo suficientemente fuerte:
 Para estar vivo.
 (Para estar vivo)
 Y ser creativo.
 (Y creativo)
 Y verdadero.
 (Y verdadero)
 Y en contacto.
 (Y en contacto)
 Y entero ahí.
 Y plenamente consciente.

Escribir las dos últimas secciones fue un esfuerzo: el río se secó. Incluso tuve que volver y "trabajarlas" deliberadamente; aunque al final me divertí con los dos ejemplos de *conciencia* de la materia, molestando con esto a los conductistas. Yo también soy conductista, pero en un sentido diferente.

Creo más en el reacondicionar que en el condicionar, en aprender por descubrimiento, más bien que por el ejercicio y la repetición.

Toda mi vida he detestado el ejercicio de la repetición, la sobredisciplina y el aprender de memoria. Siempre tuve confianza en la experiencia “¡Ajá!”, el shock del reconocimiento.

Incluso ahora en prosa, el río no fluye. Estoy sentado en mi escritorio y, en vez de dejar que las frases fluyan por sí solas, estoy ensayando. Están dando vueltas: “¿Qué voy a decir?”, “¿Cómo lo voy a decir?”. En otras palabras, nuevamente estoy pegado, no sé a quién dirigirme, he perdido contacto; demasiadas ideas, como ladrillos, se me vienen encima: todas juntas, todas necesarias para completar la estructura del enfoque que estoy presentando. Tengo una cantidad de manuscritos inconclusos. Cada vez que me atascaba con una inconsistencia, con una brecha que aparecía en mi teoría, abandonaba el intento de hacer un libro.

Pero creo que nunca estará más completo que ahora. Creo que es una teoría viable y apropiada a nuestra época.

Veo a Freud como el “Edison de la Psiquiatría”, cambiando el enfoque descriptivo por el enfoque dinámico y causal, y también como Prometeo y Lucifer, los portadores de la luz.

En los tiempos de Freud, los dioses manejadores del mundo habían entregado sus poderes mágicos a las fuerzas de la naturaleza: calor, gravedad, electricidad. El mismo Freud se vio cautivado por la transición: Eros, la fuerza del amor, y Tanatos, la fuerza de la destrucción invertida. El interés en los aspectos físicos del mundo aventajó al interés por lo espiritual, y lo mismo ocurrió en filosofía: el materialismo dialéctico de Marx reemplazó la dialéctica idealista de Hegel.

En nuestro tiempo ha ocurrido algo tremendo, comparable y similar a la unificación de los dioses por intermedio de Moisés: la llegada de la electrónica. El átomo, la piedra estructural de la química, se convierte en la fuente de toda energía. Cae el concepto de la causalidad, el *¿por qué?*, y es reemplazado por la investigación en los procesos y las estructuras, el *¿cómo?*

El interés científico ya no se centra en la historia de la materia, sino que se traslada al comportamiento y a la conducta de la materia, y en nuestro caso específico, al “proceso y la estructura del comportamiento humano”. La filosofía y la técnica de Freud se tornan obsoletas, no así

sus descubrimientos. Hay que desalojar lo obsoleto por estar mostrando un camino erróneo, el camino del pensar orientado por la historia. Aun cuando miles de analistas ladran más y más fuerte, esto no va a convertir su error en verdad.

Mediante la comprensión de la naturaleza procesal del organismo y su dependencia de las leyes de la dinámica gestáltica, es que pude dar el paso siguiente después de Freud en la historia de la psiquiatría. Y este paso significa eficiencia.

No puedo decir a ciencia cierta cuál será el tercer paso, pero tengo algunas ideas al respecto. Permítanme compartir mis fantasías con ustedes: todas las teorías e hipótesis son fantasías de modelos sobre cómo funciona el mundo. Una vez verificadas y aplicadas a la realidad física, asumen el carácter de realidad. De ahí que “inconsciente” y “libido” son tanto una realidad para los freudianos como lo son el “arco-reflejo” y “estímulo-respuesta” para los conductistas. Estos términos se convierten en artículos de fe: dudar de su realidad equivale a blasfemar. Lo mismo es aplicable a mi actitud hacia el término “Gestalt”.

Mi fantasía acerca del tercer paso va en dirección de la jibarización y del lavado cerebral. Chocante, ¿verdad? Estamos acostumbrados a la ecuación: lavado cerebral = adoctrinamiento por medio de la propaganda. Aparentemente esto choca violentamente con mis ideas acerca de la autenticidad y la espontaneidad. Pero tengan paciencia y no malgasten su aliento. Lavar es limpiar: lavar el cerebro de toda la porquería mental que llevamos a cuestas. Al propagandista esto le significa simplemente borrar la lápida para luego escribir sobre ella nuevas convicciones. A él le significa corretear al demonio para dar cabida a Belcebú. No así las contenciones de Freud y mías.

Nuevamente Freud dio el primer paso. Comprendiendo que el paciente está fuera de contacto con la realidad, habiendo perdido la *inmediatez* de relacionarse desprejuiciadamente con el mundo, comprendiendo que había algo *intermedio* que perturbaba su relación con el mundo, llama al agente perturbador “complejo”. Por ejemplo, un hombre no puede dormir con su esposa porque interfiere una fantasía inconsciente de su madre.

Frederick Perls

Al hacer consciente la situación edípica, Freud ya estaba soñando con un "lavado de cerebro". "Analizar" significaba fundamentalmente hacer consciente las memorias "olvidadas" y que tenían que ver con la fijación del paciente.

Increíble pero cierto: el desconfiado Freud confiaba en los volubles recuerdos. En mi experiencia, todos esos "traumas productores de neurosis" resultaron ser invenciones *ad hoc* de los pacientes, como una manera de justificar su posición. A lo que Freud llamó "complejo", yo lo llamo "Gestalt patológica fuerte".

Cada vez que alguien no está en contacto con el mundo, es que hay una especie de tierra de nadie, una "DMZ" (zona desmilitarizada) poblada por fuerzas poderosas que intentan mantener alejados al *sí mismo* (*self*) de *lo otro* (*otherness*). En vez de estar en contacto entre sí, estos dos lados se contactan únicamente con la zona *intermedia*.

El encuentro creativo no se produce. Si se lleva puesta una máscara, se está en contacto con el interior de la misma. Cualquier persona que intente contactarlo con los ojos o manos, hará contacto únicamente con la máscara de este modo, la comunicación, base de las relaciones humanas, se hace imposible.

Esta zona intermedia está densamente poblada de prejuicios, complejos, ideas catastróficas, actividad de computadora, perfeccionismo, compulsiones, y pensar, pensar, cháchara, cháchara, cháchara, pensar, cháchara, pensar, chicharreo, palabras, chicharreo, palabras, palabras, veinticuatro horas al día.

¿Aún tienes objeciones al lavado cerebral?



Dentro y fuera del tarro de la basura

Me siento un tanto desesperado con este manuscrito. Me veo como mirando un tapiz casi terminado; sin embargo, me siento incapaz de lograr el cuadro total, la Gestalt completa. Las explicaciones no ayudan mucho para comprender. No se las puedo dar; pueden tomar lo que ofrezco, pero, ¿yo conozco acaso al principio sus apetitos?

Cuando podía escribir en versos, sabía que les agradaría dejarse arrastrar por la corriente; sabía que les comunicaría algo, un estado de ánimo, un empuje, incluso hasta un poco de danza de palabras.

Aún estoy bloqueado y decidido a superar este *impasse*. No me es fácil darme por vencido y abandonar este asunto. Pero también me resulta difícil forzarme a hacer algo en contra de mi inclinación. Es así, entonces, como suspendido entre la *Escila*⁶ de la fobia, de la evitación, del escape, y el *Caribdis* de la tarea, del esfuerzo y el empeño, ¿qué es lo que uno debe hacer?

No sería un fenomenólogo si no pudiera ver lo obvio. Me refiero a la experiencia de sentirme apesadumbrado. No sería un gestaltista si no pudiera meterme en esta sensación de pesadumbre, con la confianza que de este trasfondo caótico emergerá alguna figura significativa.

Y ¡zas!, el tema emerge. El auto control orgánico versus el control dictatorial, control auténtico versus control autoritario. La dinámica de la formación de una gestalt versus la superposición de metas inventadas. Dominancia de la vida versus el látigo de los prejuicios morales, flujo concertado poderoso del compromiso orgánico versus el aburrimiento del "debeismo" (*shouldism*). Estoy retornando a la gran fisura humana: lo animal versus lo social, lo espontáneo versus lo deliberado.

6. Dos peligros para los navegantes, cada uno difícil de evitar sin enfrentar al otro. Escila es una roca en la costa de Italia opuesta a Caribdis, torbellino en la costa de Sicilia. (N. del T.).

Frederick Perls

¿Qué clases de auto control interno posee el organismo? ¿Qué tipo de auto control permite que el organismo, con sus millones de células, coopere armoniosamente? Hasta la era mecánica, la dicotomía del organismo era perfecta. El hombre estaba dividido en cuerpo y alma. El alma tenía una existencia separada, a menudo inmortal, a menudo penetrando y encargándose de otros cuerpos mediante la reencarnación. Luego vinieron algunos cambios teóricos: la comprensión biológica. Llamamos vida a la función específica de cualquier organismo; y muerte, a cualquier objeto que carezca de esta función. Pero la dicotomía no fue eliminada, sino que se trasladó a otra dicotomía muy en boga entre científicos y legos por igual: la dicotomía entre mente y cuerpo. La función del cuerpo aún se explica mediante una serie de ideas parcialmente contradictorias: desde que es un conglomerado de arcos reflejos que funcionan mecánicamente al igual que una máquina accionada por monedas (la farsa estímulo-reflejo), o bien una multitud de reacciones bioquímicas, o, finalmente, una serie de elementos misteriosos que dirigen la regulación, la manutención y el sentido de la vida. Kurt Goldstein se encargó de desalojar el absolutismo de la teoría del estímulo-respuesta. Si bien el aspecto químico es una de las tantas abstracciones posibles (por cierto que muy interesante e importante), hasta ahora ha sido incapaz de dar cuenta de la teoría de los instintos.

Algo anda mal con la teoría de los instintos, de otra manera no tendríamos tantos autores discrepando acerca del número y la importancia relativa de los diferentes instintos.

Nuevamente me estoy desviando: en vez de anotar mis pensamientos y experiencias, me comporto como si quisiera escribir otro texto, ordenando, reformulando y esclareciendo un tópico. De hecho, escribí sobre los instintos en 1942. Mi confusión en este momento se debe a que estoy dudando, acaso estoy reclamando o no para mí la originalidad de la teoría "no-instintiva", como si me importara un carajo.

El libro que escribí en 1942, lo llamé *Ego, Hunger and Aggression* (*Ego, Hambre y Agresión**), título verdaderamente torpe. En ese momento que-

* Fondo de Cultura Económica, México, 1975.

Dentro y fuera del tarro de la basura

ría aprender a escribir a máquina. Tras unos pocos días de practicar, me aburrí. Decidí entonces escribir cualquier cosa que se me ocurriera, al igual que este libro. En dos meses el libro estuvo terminado y, sin muchas correcciones, fue publicado en Durban, Sudáfrica.

Había llegado a Sudáfrica en 1934. La llegada de Hitler y mi huida a Holanda en 1933 habían interrumpido mi formación como psicoanalista. En ese tiempo, mi analista era Wilhelm Reich; y mis supervisores, Otto Fenichel y Karen Horney. De Fenichel recibí confusión; de Reich, desfachatez; de Horney, compromiso humano sin terminología complicada. En Amsterdam, Holanda, fui supervisado por Karl Landanner, otro refugiado que había sido el psicoanalista de mi esposa en Frankfurt, Alemania. Era un hombre de gran calidez que hizo todo lo posible por hacer más comprensible el sistema freudiano. Al menos no hacía lo que había visto en Fenichel y otros: una verdadera función de malabarismo intelectual, usando términos como "contratransferencia negativa latente", "sublimación infantil-libidinosa", etc., que por lo general me dejaban mareado y que nunca pude repetir. Con razón Fenichel muy a menudo se impacientaba conmigo.

Es difícil imaginarse el cambio de fortuna entre nuestra vida en Amsterdam y nuestra vida un año después en Johannesburgo, Sudáfrica. En abril de 1933 había cruzado la frontera germano-holandesa con sólo 100 marcos (25 dólares) escondidos dentro de un encendedor. En Amsterdam, viví junto a otros refugiados en una casa habilitada por la comunidad judía.

Estábamos muy apretujados. Desde luego que la atmósfera era contenedida. Muchos habían dejado parientes cercanos en Alemania. Aunque las deportaciones no estaban aún en todo su vigor, sentíamos el peligro. Como la mayoría de los refugiados que abandonaron Alemania tan tempranamente, éramos sensibles a los preparativos de la guerra y a los campos de concentración.

A pesar de que Lore permanecía con nuestro primer hijo en casa de sus padres, me preocupaba su seguridad, pues yo estaba en la lista negra nazi. Llegaron a Holanda unos meses más tarde. Encontramos un

pequeño departamento en un entretecho, donde vivimos unos meses en la miseria total.

Entretanto, trataba de aprovechar lo más posible nuestra vida de la caridad. Hay dos personas que aún recuerdo.

Una de ellas era un actor. No tenía nada extraordinario, excepto una destreza muy particular: podía reproducir una melodía completa con pedos. Admiraba esta destreza y una vez le pedí que repitiera la función. Entonces, me confesó que tenía que rellenarse el día anterior con porotos o repollos.

La otra era una mujer joven, casada, un tanto errática e histérica. Fui durante un tiempo uno de sus dos amantes. No la mencionaría si no fuera porque fue la única vez en mi vida que me puse supersticioso y creí en algo sobrenatural: en el poder de un "*mi-no-ga-me*".

Mi *minogame* era una estatuilla de bronce japonés de más o menos veinticinco centímetros, algo entre un lagarto y un dragón. Me lo dio un famoso director de cine en Berlín, poco tiempo antes de que Hitler llegase al poder, como símbolo de aprecio y con la seguridad de que era un amuleto que me traería buena suerte.

Yo era escéptico; a él no le había traído fortuna.

Y a mí ciertamente no me trajo suerte. Al poco tiempo tuve que huir de Alemania. La vida en Holanda era difícil, especialmente después de la llegada de mi familia. Debíamos vivir en ese departamento helado en un clima de temperaturas bajo cero. No teníamos permiso para trabajar. Los muebles valiosos, que finalmente pudimos rescatar, llegaron en un carro abierto, seriamente dañados por la lluvia. El dinero que conseguí por los muebles y mi biblioteca nos duró poco tiempo. Lore tuvo un aborto, con su consecuente depresión. Además de todo esto, la mujer que mencioné anteriormente empezó a crear problemas.

Entonces decidí tentar a los dioses. Estaba convencido, hasta entonces, de que el *minogame* era portador de mala fortuna. Se lo regalé a la enredosa. Su acaudalado marido la largó de la casa y tuvo, además, muchos otros problemas.

Al mismo tiempo, nuestra suerte cambió radicalmente. Fue como si se hubiera levantado una maldición.

Ernest Jones, el amigo y biógrafo de Freud, hizo mucho en favor de los psicoanalistas judíos que eran perseguidos. Tenía el encargo de encontrar a alguien que ocupara el cargo de analista didáctico en Johanneburgo, Sudáfrica. Yo obtuve ese puesto y no pedí garantías. No era tan sólo que me quisiera distanciar de la desesperada situación en Amsterdam, sino que también presentía el futuro. Les anuncié a mis amigos: "La guerra más grande de todos los tiempos se nos viene encima. Mientras mayor distancia pongan entre ustedes y Europa, mejor".

En ese tiempo pensaban que yo estaba loco, aunque más tarde me felicitaron por mi pronóstico.

Otro obstáculo, las 200 libras esterlinas como garantía para la inmigración, fue rápido y milagrosamente subsanado. Pronto obtuvimos un préstamo que cubrió tanto aquello como el costo de los pasajes.

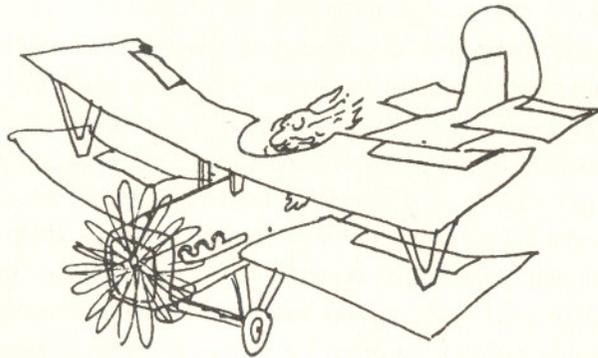
El último obstáculo era la barrera del lenguaje. Además de latín, griego y francés, yo había estudiado algo de inglés en la escuela. Me gustaba muchísimo el francés y era bastante bueno en él, pero nunca me gustó el inglés. Ahora tenía que aprenderlo y rápido. Utilicé un ataque en cuatro frentes. En el transcurso del viaje de tres semanas en el Balmoral Castle leí todo tipo de cuentos, fáciles y estimulantes, que cayeron en mis manos. Leía sin preocuparme de detalles, adivinando del contexto lo que estaba ocurriendo. También estudié gramática y vocabulario mediante el sistema Langenscheidt de autoaprendizaje. Además, superando mi vergüenza, conversé con la tripulación y los pasajeros. En otras ocasiones, iba al cine y veía la misma película varias veces. Jamás he perdido mi acento alemán, lo que me avergonzó durante largo tiempo, pero tampoco me di la molestia de tomar clases de pronunciación. Más adelante, en Estados Unidos, a menudo me veía confundido por la diferencia entre la pronunciación estadounidense e inglesa. Como anunciaban en las tiendas de París: "Se habla inglés, se entiende estadounidense".

Fuimos muy bien acogidos. Empecé mi consulta privada y fundé el Instituto Sudafricano de Psicoanálisis. En el transcurso de un año había-

Frederick Perls

mos construido la primera casa estilo Bauhaus en un barrio tradicional, incluso con cancha de tenis, piscina, una nodriza (tuvimos otro niño), una ama de llaves y dos sirvientas nativas.

En los años siguientes pude dedicarme a una serie de aficiones: tenis y ping-pong. También obtuve mi licencia de piloto. A mis amigos les gustaba volar conmigo, a pesar de que Lore nunca confió lo suficiente en mí. Mi mayor alegría era estar solo en el avión, apagar el motor y planear en esa soledad y silencio magníficos.



También teníamos una gran pista de patinaje en hielo. ¡Cómo me gustaba bailar en el hielo! Esos movimientos amplios y suaves, su gracia y equilibrio son inigualados. Hasta me gané una medalla en una competencia.

Excursiones a la playa, nadando en las cálidas olas del océano Índico; animales salvajes que se dejaban observar; filmación en una escala modesta; dirección de obras de teatro (había estudiado con Max Reinhardt), sacándole el mayor partido posible a los aficionados; visitas a médicos brujos; algunos inventos; aprendiendo a tocar la viola; formando una valiosa colección de estampillas; algunos pocos amoríos muy satisfactorios y otros no tan satisfactorios; entablando algunas amistades muy cálidas y duraderas.

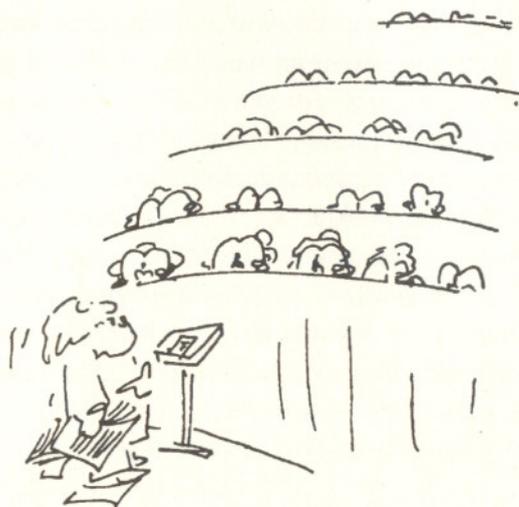
Dentro y fuera del tarro de la basura

Qué diferente a nuestra vida anterior. Siempre había logrado ganar el dinero suficiente y estaba comprometido de muchas maneras, pero nunca de este modo. Fue una explosión de actividad que me permitió ganar y gastar dinero. Lore solía llamarme “mezcla de profeta y atorrante”.

Me vi atrapado por la rigidez de los tabúes psicoanalíticos: la hora de 50 minutos de duración, la falta de contacto físico, ocular o social, ningún compromiso personal (¡contratransferencia!). Estaba atrapado por todos los adornos de un ciudadano cuadrado, respetable: familia, casa, sirvientes, ganando más dinero del necesario. Estaba atrapado en la dicotomía del trabajo y el juego: lunes a viernes versus el fin de semana. Me libré de esto mediante mi rencor y mi rebeldía a convertirme en un cadáver computante, como la mayoría de los demás analistas que yo conocía.

El primer cambio se produjo en 1936, año de grandes expectativas y grandes decepciones. Debía leer un trabajo en el Congreso Psicoanalítico Internacional, en Checoslovaquia. Quería impresionar con una hazaña de vuelo y con un trabajo que trascendiera a Freud. Intentaba volar solo las 4.000 millas a través de África en mi propio avión, y convertirme en el primer analista aviador. Encontré un Gipsy Moth de segunda mano que podía volar a cien millas por hora. Valía doscientas libras, pero alguien ofreció más y se lo llevó. De modo que tuve que ir por mar.

El trabajo que presenté era sobre “resistencias orales”, aún escrito en términos freudianos. Fue recibido con honda desaprobación. El veredicto de que “todas las resistencias son anales” me dejó atónito. Yo quería contribuir a la teoría psicoanalítica, pero no me daba cuenta en ese momento cuán revolucionario era ese trabajo y cuánto haría temblar e incluso invalida algunos de los fundamentos básicos de la teoría del Maestro.



Muchos amigos critican mi relación polémica con Freud. "Tienes tanto que decir; tu posición está firmemente cimentada en la realidad. ¿Por qué esta agresividad continuada hacia Freud? Déjalo tranquilo y dedícate a tus cosas".

No puedo hacerlo. Sus teorías y su influencia son demasiado importantes para mí. Mi admiración, mi extravío y mi vengatividad son muy fuertes. Su sufrimiento y su coraje me tocan profundamente. Me asombra lo mucho que logró, estando prácticamente solo con las herramientas mentales inadecuadas que fueron la psicología asociacionista y la filosofía mecanicista. Estoy profundamente agradecido de lo mucho que me desarrollé oponiéndome a él.

A veces ocurre que uno encuentra una frase, que con el golpe del reconocimiento, ilumina la oscuridad de la ignorancia con un destello brillante. Como adolescente tuve tal experiencia "cumbre". Schiller, un amigo su-
bestimado y contemporáneo de Goethe escribió:

Und solange nich Philosophie
Die Weltzusammen haelt,
Erhaelt Sie das Getriebe
Durch Hunger und durch Liebe.

(Hasta que llegue el día en que la filosofía gobierne al mundo, lo rige el hambre y el amor).

Más tarde Freud escribió algo parecido: "Estamos siendo vividos por las fuerzas dentro de nosotros mismos". Pero luego, para poder salvar su sistema centrado en la libido, cometió un desatino imperdonable. Para él la boca de un recién nacido tenía una energía aún no diferenciada que más tarde se separaría en una zona libidinosa y en sus funciones para la ingestión alimenticia. De hecho, más tarde abandonó la segunda función y abrazó una posición opuesta a Marx. Marx decía que el sustento es la principal motivación del hombre: Freud la centró en la libido. No es cuestión de ésta o aquella sino que más bien de ambas. Para la supervivencia del individuo, el sustento es la función más importante, mientras que para la supervivencia de la especie, es el sexo. ¿Pero no es acaso artificial preferir una antes que la otra? ¿Puede sobrevivir la especie sin que se sustente el individuo y podría existir el individuo sin el sexo de sus padres?



Todo esto es tan obvio que me avergüenza un tanto mencionarlo. Y ni hablaría de esto si no fuera por las implicaciones que encierra tanto para la filosofía marxista como para la freudiana.

Wilhelm Reich trató de combinar las dos posiciones. Cometió el error de pretender conseguir que estos dos *Weltanschauungen*⁷ se relacionaran entre sí en un alto nivel de abstracción, en lugar de hacerlo a un nivel de tripas. El resultado fue el rechazo y el ponerle nombres. Los comunistas lo rechazaron porque era analista, y los analistas lo rechazaron porque era un comunista. En vez de una silla con una base más ancha, se encontró cayendo entre las dos sillas. Tuvo problemas por intentar relacionar dos sistemas antes que relacionarse él mismo con su propia subsistencia y su propio sexo. Fue, por así decir, lo castigado por violar algunas leyes de Semántica General vindicado a Korzybski⁸.

*Perro de arriba*⁹: Deja de hablar de Reich, continúa con tus intenciones y no te desvíes de tu tema, de las resistencias orales.

Perro de abajo: ¡Cállate! Ya te lo he dicho unas cuantas veces, este es mi libro, mis confesiones, mis rumiaciones, mi necesidad de aclarar lo que me es oscuro.

Perro de arriba: Mira, si no sigues mis consejos tus lectores te van a ver como un viejo vagabundo y además charlatán.

Perro de abajo: De modo que estamos nuevamente de vuelta a mi *sí-mismo (self)* versus mi *imagen*. Si algún lector quiere mirar por sobre mi hombro, será bienvenido. Y lo que es más, en varias ocasiones se me ha sugerido que escriba mis memorias.

Perro de arriba: Fritz, te estás poniendo a la defensiva.

7. Palabra alemana que significa visión del mundo, cosmovisión. (N. del T.).

8. Alfred H. Korzybski (1879-1950), científico y filósofo polaco, nacionalizado estadounidense, fundador de la Semántica General, disciplina que se ocupa del modo cómo el significado de las palabras y otros símbolos ejercen influencia sobre las respuestas de las personas con su ambiente y entre sí. (N. del T.).

9. Perro de arriba y perro de abajo corresponden a *top-dog* y *under-dog* y se refieren a la jerarquía que se establece en una jauría de perros: el que domina, el opresor y el dominado, el oprimido. (N. del T.).

Perro de abajo: Y tú estás tomando demasiado del tiempo mío y del lector. Así es que quédate tranquilo y aguántate y déjame hacerte esperar. Déjame ser como soy y córtala con tus ladridos crónicos.

Perro de arriba: Muy bien, pero estaré de vuelta cuando menos te lo imagines y necesites algún tipo de guía desde tu cerebro: "Computadora, por favor, dirígeme".

En este momento no quiero pensar,
Quiero ser indulgente.
Un recuerdo en el que veo
Una pomposa figura hinchándose.
Volveré al sexo y alimento,
Para hacer más rico tu conocimiento.
En este momento siento que emerge
Demasiada tristeza para un profesor.

Para entender mi aprecio por Reich es mejor que volvamos al analista que tuve antes de él, un húngaro llamado Harnick. Quisiera poder, de algún modo, describir el estado de estupidez y cobardía moral a que me redujo su así llamado "tratamiento". Tal vez fue bien intencionado como tratamiento. Fue quizás un análisis didáctico que me iba a preparar para llegar a ser un psicoanalista acreditado. Pero esto nunca me quedó claro. A lo más, me decía: "El terapeuta debe estar libre de complejos, angustia y culpas". Más tarde escuché el rumor de que había muerto en un hospital mental. Cuánto ayudó a esto el psicoanálisis, no lo puedo decir.

Él creía en el análisis pasivo. Este término contradictorio significa que durante dieciocho meses fui cinco veces por semana a tenderme en su diván sin ser analizado. En Alemania era costumbre estrecharse las manos: él no me daba la mano ni a mi llegada ni cuando me despedía. Cinco minutos antes del término de la hora empezaba a restregar el suelo con un pie, indicando que pronto acabaría la hora.

A lo más pronunciaba una frase por semana. En una de sus primeras intervenciones me dijo que yo parecía ser un caballero muy apreciado por

las damas. De ahí en adelante el camino estaba trazado: llenaba el vacío en mi vida de diván con historias amorosas para robustecer la imagen de Casanova que él tenía de mí. Para poder mantener esto tuve que meterme cada vez en más aventuras, fundamentalmente falsas. Al cabo de un año me quise alejar de él. Era moralmente demasiado cobarde como para decirselo abiertamente. Después de mi análisis fracasado con Clara Happel, ¿cuáles serían mis expectativas de llegar algún día a ser analista?

En ese tiempo Lore me presionó para que nos casásemos. Yo sabía que no era el tipo de persona para casarme. Tampoco estaba locamente enamorado, pero teníamos variados intereses en común y a veces nos divertíamos mucho. Cuando le hablé a Harnick de esto, él sacó a relucir un truco psicoanalítico típico: "No te está permitido tomar ninguna decisión importante durante tu análisis. Si te casas, terminaré tu análisis". Siendo demasiado cobarde para interrumpir mi vida en el diván por mi propia cuenta, puse la responsabilidad sobre él e intercambié el psicoanálisis por el matrimonio.



Pero aún no estaba listo para abandonar el psicoanálisis. Siempre perseguido por la idea fija de que era yo mismo quien estaba demasiado

estúpido o perturbado, decidí resolver el problema de una vez por todas. En mi desesperación consulté a Karen Horney, una de las pocas personas en quien realmente confiaba. Su veredicto fue: "El único analista que creo que podría llegar hasta ti es Wilhelm Reich". Y así comencé mi peregrinación al diván de Wilhelm Reich.

Bueno, al año siguiente viví una historia completamente diferente. Reich era vital, rebelde, estaba vivo. Tenía deseos de discutir cualquier cosa, especialmente cuestiones políticas y sexuales. Sin embargo, seguía analizando y jugando los mismos juegos trazadores genéticos. Pero, con él, la importancia de los hechos comenzó a desvanecerse. Se puso más en relieve el interés en la actitud. Su libro *Análisis del Carácter* fue una contribución importante.

En sus seminarios conocí a algunas personas que me resultaron simpáticas, como Helmuth Kaiser, que demostró ser un buen terapeuta. Entonces hizo su aparición Hitler. Incluso Reich tuvo que salir rajando. Se fue a Noruega. A partir de entonces parece haberse puesto bastante peculiar. A excepción de que uno de mis estudiantes de Sudáfrica, Sylvia Beerman, tradujo uno de sus libros, perdí todo contacto con él, hasta que lo vi de nuevo en el Congreso Psicoanalítico de 1936. Fue mi tercera decepción. Se sentó aparte de nosotros y apenas si me reconoció. Se quedaba sentado ahí por largos intervalos, taciturno, pensativo.

Nuevamente lo perdí de vista durante diez años hasta que lo visité al poco tiempo de llegar a Estados Unidos. Esa vez sí que me asusté de veras. Estaba inflado como un inmenso sapo, su eccema facial se había intensificado. Su voz me retumbaba pomposamente mientras me preguntaba con incredulidad: "¿No has oído acaso de mi descubrimiento, el *orgón*?". De modo que investigué. Esto es lo que encontré.

Su primer descubrimiento, la armadura muscular, fue un paso importante que iba más allá de Freud. Puso en tierra firme la noción abstracta de las resistencias. Éstas ahora se convierten en funciones orgánicas

Frederick Perls

totales, y la resistencia anal, el culo apretado, tenía que abandonar su monopolio sobre las resistencias.

Otro paso importante en favor de librarnos de la vida del diván fue el hecho de que el terapeuta ahora se ponía en contacto con el paciente. El "cuerpo" recobraba así sus derechos.

Más adelante, al trabajar con algunos pacientes que habían sido tratados por reichianos, era usual encontrar algunos síntomas paranoicos aunque no muy severos y fácilmente tratables. Entonces releí la teoría de la armadura y me di cuenta que era una forma de idea paranoidea. Supone un ataque desde el ambiente y una defensa en contra del ambiente. La armadura muscular tendría de hecho la función de una camisa de fuerza, un seguro en contra de las explosiones desde adentro. Los músculos habrían asumido una función implosiva.

Mi segunda objeción a la teoría de la armadura es que refuerza la teoría aristotélica-freudiana sobre la defecación: "Las emociones son una molestia. Se requiere de una catarsis para librar al organismo de estos perturbadores del orden".

La naturaleza no es tan vilipendiosa como para haber creado las emociones para servir de molestia. Sin las emociones estamos muertos, aburridos, somos máquinas sin compromiso.

La tercera objeción es que estos adelantos exteriorizan, enajenan y proyectan material, que de otro modo, podría ser asimilado y convertido en parte de sí mismo (*self*). También promueven la formación de rasgos paranoicos. En otras palabras, el material que sale en estos adelantos aún se vivencia como si fuera un cuerpo extraño. Lo único que ha cambiado es su ubicación. Se ha perdido la oportunidad de crecer y ser más entero. Sin embargo, estas objeciones mías tienen poca importancia comparadas con el tremendo paso dado en favor de lograr finalmente un enfoque holístico.

No ocurre lo mismo con el *orgón*, una invención proveniente de la imaginación de Reich, que por aquel entonces ya se había desvirtuado.

Puedo entender lo que ocurrió. Habiendo conseguido hacer de la noción de resistencia, algo real y verificable, se sintió en la obligación de hacer lo mismo con el término más importante de Freud: la libido.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Ahora bien, las resistencias existen, no hay ninguna duda, pero la libido era y es una energía puramente hipotética, inventada por Freud para explicar su modelo del hombre. Reich se hipnotizó a sí mismo y a sus pacientes en el credo de la existencia del *orgón* como el equivalente físico y visible de la libido.

Yo investigué la función de la cámara de *orgón*, con varios de sus propietarios, e invariablemente encontraba una falacia: una sugestibilidad que podía ser dirigida en cualquier dirección que yo quisiera. Antes de abandonar sus ideas fijas, Reich prefirió morir en la cárcel. *L'enfant terrible* del Instituto de Viena resultó ser un genio, para luego eclipsarse a sí mismo como un "sabio loco".

Me es más difícil escribir acerca de mi cuarta decepción, mi encuentro con Freud. No, esto no es enteramente cierto. Estaba anticipándome a que sería más difícil, debido a que en mi época exhibicionista a menudo era vago respecto a esto, o fingía saber más de Freud de lo que era real. El hecho es que, con excepción de S. Friedlander y K. Goldstein, mis encuentros con gente tan famosa como Einstein, Jung, Adler, Jan Smuts, Marlene Dietrich y Freud no pasaron de ser encuentros casuales. Fueron encuentros fortuitos que, fundamentalmente, resultaban nada más que para proveer material a mis farsanterías e impresionar indirectamente a mi auditorio con mi importancia, lo que a menudo eclipsaba mi visión y buen juicio.

Pasé una tarde con Albert Einstein: falta de pretensiones, calidez, algunas predicciones políticas falsas. Rápidamente perdí mi timidez, un regalo raro para mí entonces. Aún me encanta citar una frase de él: "Dos cosas son infinitas, el Universo y la estupidez humana, y aún no estoy seguro del Universo".

En contraste, mi encuentro con Sigmund Freud en 1936 resultó ser la decepción número cuatro.

Ya antes había estado en Viena. Había ido en 1927 a sugerencia de Clara Happel, con quien me analicé en Frankfurt casi un año. Un día, ante mi asombro, declaró que mi análisis estaba concluido. Debería irme a Viena a hacer trabajo de control.

Frederick Perls

Estaba contento, pero al mismo tiempo escéptico. No me sentía satisfecho y la articularidad de que el veredicto coincidiera con el momento en que se me acabó el dinero, me provocó una mayor inseguridad.

Un año antes había conocido a Lore. Aparentemente, en la universidad yo me veía ante ella y las demás muchachas como un soltero casadero. Era el momento de escaparme de los tentáculos del pulpo amenazador del matrimonio. Jamás se me pasó por la mente que Lore me alcanzaría en cualquier lugar que yo fuera.

Viena, ciudad de mis sueños, ¿o debiera decir mejor, ciudad de mis pesadillas?



Fui a Viena sin dinero; no tenía recursos y tampoco ganaba mucho. Cuando tenía dinero, me gustaba gastarlo; y cuando no lo tenía, podía arreglármelas sin él. Clara Happel, estoy agradecido de decirlo, no me curó de mi naturaleza de gitano inquieto. Tomé una pieza barata, amoblada, en el *Eisengasse* únicamente para abandonarla rápidamente por dos razones: una, había una cucaracha muerta en mi cama, hecho que per se no me hubiera molestado, pero llegaron sus parientes por docenas a expresar sus condolencias. No, no, no, esto sí que no.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Luego vino el veredicto de la dueña de casa, que dijo:

—“No se admiten visitas femeninas después de las 10”.

—“¿Por qué únicamente hasta las 10?”.

—“Bueno, porque antes de las 10 pudiera ser que algo ocurriese, después de las 10 es seguro que algo va a ocurrir”.

Contra este tipo de raciocinio no hay ningún argumento valedero. Freud le tenía un nombre: *Szcppen Knödellogik* (lógica de *Matzoball*).

Encontré que Viena era un tanto deprimente.

Berlín era estimulante y allí tenía muchos amigos. Nosotros los ilusos aún pensábamos en la posibilidad de construir un mundo nuevo, sin guerras. En Frankfurt me sentía integrado —no completamente, pero al menos orillando— al grupo existencial Gestáltico que tenía ahí su centro. El psicoanálisis con Happel era, más que nada, un “deber”, una idea fija, una regularidad compulsiva, con algunas —pero no muchas— experiencias.

En Viena el psicoanálisis era lo central para mí. Me enamoré superficialmente de una hermosa y joven doctorcita en formación. Era similar a todo el resto de la pandilla freudiana, atosigada de tabúes. Era como si todos los hipócritas católicos vieneses hubieran invadido a los practicantes de la *ciencia judía*.

Me es difícil escribir sobre ese año en Viena. Antes de esto escribí las últimas quince páginas sin ningún esfuerzo, en horas libres, entre los seminarios. Finalmente me entusiasmé tanto con escribir que esto parece que me ha poseído. Veo que he hablado varias veces acerca de un centro; no sé si debiera escribirlo “centro” o “centre”. Parece que ambos calzan. Hasta aquí, al menos, la última semana, que he pasado escribiendo parece que forma mi centro, la excitación trasladándose desde hacer cine y grabar cintas hasta la autoexpresión. Los versos han desaparecido. ¡Ah!, tampoco esto es completamente cierto. Aquí hay una contradicción interesante: mi desdén por la poesía se está desvaneciendo. Yo vivencio Esalen, este lugar hermosísimo, y a mis seminaristas (estoy a mitad de camino en

Frederick Perls

un taller de cuatro semanas de duración) de un modo poético. No siento mucho este raptó biográfico en que ahora estoy. La semana pasada les escribí un poema a las chicas de la oficina de recepción y no considero esto poético. De vez en cuando se forma en mi fantasía un poema sobre la muerte versus el morir. Este sí que sería un tema digno para hacer poesía. Sin embargo, fue divertido escribirles esas líneas a aquellas chicas que están siempre inundadas de visitantes y de preguntas interminables. Incluso utilizamos esos versos para la película *Fritz* que Harry Booth está filmando. Y lo que es más, me gustó escuchar la cinta: buena enunciación y bastante sentimiento. No hubo mucho de mi pesado acento berlinés.

¿Quieren escuchar ese poema?

“¡Desde luego que sí!”

Bien, ya que insisten, accederé.

El Juego del Demonio

Hay un lugar como el Edén
Donde se tienen misceláneos
Goces como la doncella.
Los baños, el sol y grupos sabios,
Es verdaderamente Esaleneoso.

Un demonio aparece y ruega:
“Yo también quiero trabajar,
He escrito hermosos dramas de torturas,
Para mi deleite alentar”.

“Algunas preguntas necias que hago
Te pondrán rápidamente espinuda,
Si consideras ésta tu tarea
De contestar, no muy menuda”.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Un ángel pulsa una campana de plata:
“Oh Dios no te pongas tan furioso,
El demonio tiene tan buenas intenciones
Sólo que es... muy curioso”.

Espero que les guste tanto como a mí.

Bueno, este farsanteo no sirvió de nada; aún estoy reticente de volver a la Viena de 1927. ¿Qué es lo que me hace tan fóbico a Viena? ¿Hay algo especialmente vergonzoso? En los últimos diez años he vuelto a Viena unas cuantas veces. Me gusta su ópera, su teatro, los cafés, la comida.

La niebla comienza a despejarse. A pesar de su reputación, *die Wiener Mädeln*, las doncellas vienesas, no me atraían en forma especial. Había muy poco entre los extremos del puritanismo burgués y la prostitución. La entrada libre y fácil a una relación erótico-sentimental que tan bien conocía desde mi tiempo en Berlín y Frankfurt, estaba ausente.

Tomé una ayudantía en el hospital mental donde Wagner-Jauregg, famoso por su tratamiento de la sífilis cerebral mediante la malaria, y Paul Schilder, eran mis superiores. Schilder era brillante y comprendía muy bien las relaciones *estructura/función* del organismo. No me sentía cómodo en sus charlas. Su voz de falsete y sus movimientos poco armónicos me ponían en ascuas. Sin embargo, había en él algo muy querible y honesto. Otro, psicoanalista que me impresionó fue Paul Federn, particularmente una frase que escuché en una de sus charlas. Imagínense una figura muy digna y patriarcal diciendo: “*Mann kann nicht genug vogeln*” (uno simplemente no puede fornicar lo suficiente). Esto dicho en un medio donde únicamente la fornicación mental era aceptada.

Cuando lo encontré, más tarde, en Nueva York tuvimos muchas discusiones acerca de la naturaleza del ego. El veía al ego como una realidad; yo sostengo que el “yo” es tan sólo un símbolo de identificación. Lo que esto implica no lo quiero discutir en este momento.

Frederick Perls

Mis supervisores eran Helene Deutsch y Hirschman, un hombre cálido y fácil. Cuando le pregunté en una oportunidad qué es lo que pensaba de las diferentes escuelas parafreudianas en desarrollo, su respuesta fue: "Todas ganan dinero".

Helen Deutsch, por el contrario, me parecía una persona hermosa y fría. Una vez le hice un obsequio y en vez de un "gracias" recibí de vuelta una interpretación.

El Maestro estaba ahí, en algún lugar del fondo. Conocerlo hubiera sido presuntuoso. Aún no me había ganado tal privilegio.

En 1936 creí que lo habría logrado. ¿Acaso no había sido yo instrumento en la creación de uno de sus institutos y acaso no había viajado las 4.000 millas para asistir al congreso? (Estoy muy tentado a escribir *Su* congreso.)

Pedí una entrevista y fui recibido por una mujer de cierta edad (creo que era su hermana), quien me hizo esperar. Luego, la puerta se abrió y ahí estaba ante mis ojos. Me parecía extraño que no abandonase el marco de la puerta, pero en aquel entonces no sabía nada acerca de sus fobias.

"Vine de Sudáfrica para presentar un trabajo y para verlo a Ud."

"Bueno, ¿y cuándo se va de regreso?", fue su respuesta. No recuerdo el resto de la conversación, que a lo más duró cuatro minutos. Estaba chocado y desilusionado.

Uno de sus hijos fue comisionado para llevarme a cenar. Nos servimos mi plato favorito, pato asado.

Hubiera esperado mi típica reacción de "amurramiento", pero estaba tan sólo atónito. Luego, muy lentamente empezaron a surgir frases características: "Te voy a enseñar; no me puedes hacer esto a mí. Esto es lo que recibo a cambio de mi lealtad a ti en las discusiones con Kurt Goldstein".

Dentro y fuera del tarro de la basura

Incluso en los últimos años, con una mente mucho más equilibrada, este episodio es aún una de las cuatro situaciones inconclusas de mi vida. No puedo repetir una melodía, aunque estoy mejorando en esto. Nunca he saltado en paracaídas. Nunca he buceado (aunque acabo de descubrir una escuela de buzos en Monterrey y aún puede que lo haga). Y, finalmente, la mayor situación inconclusa de mi vida, es no haber tenido un encuentro hombre a hombre con Freud y no haber podido mostrarle sus equivocaciones. Esta gran necesidad se me hizo patente en forma sorpresiva en una especie de sesión de payaseo con un terapeuta en formación. Aquella sesión, como cientos de otras, fueron grabadas en video, y luego, transcritas a celuloide.

Mi quiebre con los freudianos ocurrió unos años más tarde, pero el fantasma nunca fue completamente enterrado.

Descansa en paz, Freud, genio testarudo, santo-demonio.

Esta es la historia de mis cuatro decepciones en el año del Señor, 1936.

El viaje a Europa en 1936, de ningún modo fue un completo fracaso. No todo el mundo se volvió en contra mía, pero muy pocos estaban conmigo. Sentí aprobación por parte de Ernest Jones, mi auspiciante para Sudáfrica. Incluso, estaba entusiasmado con unas observaciones que planteé en una discusión sobre la angustia.

Después del congreso, permanecemos juntos algunos días en las montañas húngaras. Durante un juego de ajedrez me dijo: "¿Cómo es que alguien puede tener tanta paciencia?". Me aferré a ese elogio que sirvió a mi pecho un tanto hundido.

No recuerdo cómo volví a Johannesburgo. Probablemente por vapor, ya que en este rincón del mundo las líneas aéreas aún no estaban bien establecidas. Mi autoestima estaba lastimada y al mismo tiempo me sentía liberado. Entre mis dos polos, la sensación de no valer nada y la arrogancia, comenzó a crecer algo como un centro de confianza. No, eso no es cierto. Esta confianza estaba a menudo ahí, sólo que era irreconoci-

Frederick Perls

ble. Más que nada, daba por sentado que siempre sabía lo que quería. Me estremecía cuando, tomado por sorpresa, algún dispositivo divino, atemorizante, me hacía sentirme humilde y pequeño. Podía ser el emperador o podía ser Freud (una gran actriz lo consiguió); o un pensamiento inspirado; un hecho heroico, un crimen atrevido —o un idioma que no entiendo—, me pueden hacer orar con admiración.

En el viaje, los pasajeros —todos desconocidos para mí y permaneciendo desconocidos durante tres semanas— me designaron tesorero de deportes. El último día del viaje me festejaron cantando “Auld Lang Syne”. No había hecho nada para merecerlo. Me estremecí hasta el fondo, corrí a mi camarote y lloré a mares: un gitano solitario quejándose de su falta de arraigo.

Es hermoso ver cómo ayuda esta escritura. Había intentado hacer del psicoanálisis mi hogar espiritual, mi religión. Mi desinterés por continuar con los puntos de vista de Goldstein, no se debía a mi lealtad con Freud, sino que a mi temor de quedarme una vez más sin un apoyo espiritual.

En los Estados Unidos estamos siendo testigos de la desintegración de las religiones organizadas. La iglesia como centro comunitario, el sacerdote como líder espiritual y el *Seelensorger* (cuidador de almas) están perdiendo su verdadero significado. En este momento, hay un desesperado intento por rescatar a Dios. Muchas instituciones religiosas están suavizando aquellas diferencias que antes eran motivos para odios intensos; están haciendo llamados a un entendimiento interdenominacional. “¡Ministros del mundo uníos!” “¡Únanse para negar el veredicto de Nietzsche de que Dios ha muerto!” Muchos ministros están confiando más en la psicoterapia que en la oración.

Cuando niño fui testigo de una desintegración similar de la religión judía. Los padres de mi madre seguían las costumbres ortodoxas. Era esta una familia en que a menudo ocurrían cosas curiosas que podían resultar

Dentro y fuera del tarro de la basura

a la vez cálidas y hermosas. Mis padres eran judíos “asimilados”, en especial mi papá. Esto significa que, por un lado vivía avergonzado de su pasado y que, por otro, mantenía algunas de las costumbres tradicionales; iba al templo en los días festivos, por si acaso Dios estaba en alguna parte. Yo no podía soportar esa hipocresía y tempranamente me declaré ateo. Ni la ciencia, ni la naturaleza, ni la filosofía o el marxismo podrían llenar el vacío dejado por un hogar espiritual. Hoy me doy cuenta de que esperaba que el psicoanálisis llenara ese hueco.

Después de 1936 había intentado reorientarme. Las dudas acumuladas e inexpresadas acerca del sistema freudiano se extendieron y me invadieron. Me puse escéptico, casi nihilista; negaba todo. ¿Budismo Zen, una religión sin un Dios? Por aquel entonces yo era bastante aceptante del Zen, si bien de un modo frío e intelectual.

Entonces me llegó la iluminación: ¡no más apoyo espiritual, ni moral, ni financiero proveniente de otras fuentes! Todas las religiones me parecían crudezas inventadas por los hombres. Yo debía tomar la responsabilidad de mi existencia por mi propia cuenta.

Me había atrapado yo mismo. Debido a mi preocupación por el psicoanálisis en Frankfurt, me mantuve al margen de los existencialistas que estaban entonces ahí: Buber, Tillich, Scheler. Pero al menos me había compenetrado de una cosa: la filosofía existencial exige que uno tome la responsabilidad de su propia existencia. ¿Pero cuál de todas las escuelas existenciales tiene la verdad escrita con “V” mayúscula?

Con bastante escepticismo busqué más allá y aquí es donde me encuentro. A pesar de declararse anticonceptuales y en pro de la fenomenología, ninguna de las filosofías existenciales se sostiene en sus propios pies. ¿Existe alguna escuela existencial que no requiera apoyo externo, fundamentalmente conceptual? Ni siquiera me estoy refiriendo al existencialista típico que predica y fanfarronea acerca de la existencia, y que, al mismo tiempo, deambula por el mundo como una computadora muerta y con-

Frederick Perls

ceptualizadora. Estoy hablando de los existencialistas básicos. ¿Habrá alguien en este mundo que no necesite de algún tipo de apoyo externo, principalmente en la forma de apoyo conceptual?

¿Qué sería de Tillich sin su protestantismo, de Buber sin su chassidismo, de Marcel sin su catolicismo? ¿Pueden imaginarse a Sartre sin el apoyo de sus ideas comunistas, a Heidegger sin el apoyo del lenguaje, o a Binswanger sin el psicoanálisis?

¿Será que no hay posibilidad alguna de llegara una orientación óptica donde el *Dasein* (el hecho mismo y los medios de nuestra existencia) se manifiesta a sí mismo sin explicaciones; un modo de ver el mundo sin los prejuicios que acarrear consigo los conceptos, sino que donde se entienda la deformación que lleva consigo el conceptualizar; una perspectiva en la que no nos demos por satisfechos al tomar una abstracción por el cuadro total; donde, por ejemplo, el aspecto físico se tome como un absoluto?

¡Y ciertamente lo hay! Sorprendentemente proviene de una dirección que jamás ha clamado para sí el rango de filosofía. Proviene de una ciencia que está muy bien guardada en nuestras universidades; proviene de un enfoque llamado psicología de la gestalt.

¡Gestalt!

¿Cómo hacerles llegar la idea de que gestalt no es sencillamente otro concepto inventado por el hombre? ¿Cómo podré decir que gestalt es algo inherente a la naturaleza y no propio de la psicología?

Si hubiera ocurrido que en la época de los dioses o de las diversas formas de energía alguien hubiera adelantado la idea que todas las energías están invertidas en la partícula indivisible más pequeña de todas —en el átomo— hubiera sido el hazmerreír del mundo. Hoy se da por sentado que la energía atómica es la energía de todas las energías. De seguro que la bomba atómica es una realidad.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Puedo comprender muy bien que no me sigan en la idea de que todo es *el darse cuenta* (*awareness*), pero no puedo entender la resistencia a aceptar la idea de la gestalt, y con mucha paciencia voy a describir algunos aspectos de su significado.

Pero, en primer lugar, ubiquémonos: 1926, Frankfurt— Kurt Golstein, Clara Happel, Lore y ahora el profesor Gelb, instructor en psicología de la Gestalt, alumno de Wertheimer y Kohler.

Estoy jugando con el número "6":

- 1896 Mis padres se trasladan desde un barrio judío al centro de Berlín, en un lugar más aceptable. No recuerdo nada antes de esa fecha.
- 1906 *Bar Mitzvah*, crisis de la pubertad. Soy un niño muy malo y les causo muchos problemas a mis padres.
- 1916 Me enrolo en las filas del ejército alemán.
- 1926 Frankfurt.
- 1936 Congreso Psicoanalítico.
- 1946 Emigro a los Estados Unidos.
- 1956 Miami, Florida. Conozco a Marty, la mujer más importante de mi vida.
- 1966 La terapia gestáltica ya está en el mapa. Finalmente encuentro una comunidad, un lugar donde estar: Esalen.

Agregué un nombre más a la lista de personas significativas en Frankfurt. El profesor Gelb, he olvidado su nombre de pila. Podría tomar el teléfono y preguntárselo a Lore, quien estuvo comprometida hasta el grado de hacer su disertación doctoral con él, sobre la constancia de Farben. No, eso no es cierto; no la puedo alcanzar ahora. Está en Tampa dirigiendo un taller, muy probablemente en la American Academy of Psychotherapists.

Gelb era una persona de poco colorido, pero muy buen profesor. Es conocido junto con Goldstein por su trabajo sobre injurias cerebrales,

o una palabra *tiene* uno o varios significados que pueden ser circunscritos por una definición (de otro modo los diccionarios no se podrían ganar la vida).

La otra opinión, la subjetiva, es la de "Alicia en el país de las maravillas", que dice: "Una palabra significa exactamente lo que quiero que signifique". Ninguna es sostenible. Un significado es un proceso creativo, una actuación en el aquí y ahora. Este acto de creación suele ser tan habitual y tan rápido que se nos pierde la pista, o bien nos puede tomar horas de discusión. En todos los casos, un significado se crea relacionando una figura —lo que está en primer plano— con el fondo contra el cual aparece la figura. El fondo, a menudo, se llama contexto, conexión o situación. El sacar una afirmación de su contexto fácilmente lleva a la falsedad. Escribí extensamente sobre esto en *Ego, Hunger and Agression*. No hay ninguna comunicación posible sin un entendimiento claro de esta relación entre figura/fondo. Es como si quisieran escuchar una radio cuando la señal (por ejemplo las palabras) están encubiertas por un fuerte ruido de fondo (estática).

La cualidad más importante e interesante de una gestalt es su dinámica, la necesidad imperiosa que una gestalt tiene de cerrarse y completarse. Todos los días experimentamos esta dinámica. Tal vez el mejor nombre que se pueda dar a una gestalt incompleta es llamarla sencillamente "situación inconclusa".

Quiero dejar muy en claro una de las falacias de Freud. También quiero comparar este enfoque con el punto de vista académico y con mi enfoque gestáltico personal y aclarar algunas semejanzas superficiales. En este mismo contexto, quiero dejar en claro lo insuficiente que es la teoría de los instintos de Freud (y todas las demás teorías de los instintos).

Freud observó que algunos pacientes mostraban una necesidad de repetir un determinado tipo de experiencias una y otra vez. Algunos incluso se sabotearon a sí mismos en el momento mismo del éxito. Él denominó a tal actitud "repetición compulsiva". Ciertamente, esto es una observación válida y un término adecuado. Es fácil encontrar en muchas neurosis, pesadillas repetitivas y gestalts similares. No sé si debiéramos in-

cluir también en esta misma categoría la necesidad de ir cinco días a la semana donde el mismo analista, a la misma hora y al mismo lugar en el mismo diván, estemos alegres o tristes, perturbados o tranquilos.

Freud concluyó su teoría con el planteamiento de que la vida es un conflicto entre Eros y Tanatos. A medida que cada uno de nosotros participa en la vida, participa, de acuerdo a esta teoría, en Tanatos, el instinto de muerte. Esto significa que cada uno de nosotros sufre de repetición compulsiva.

Esto parece ser una suposición un tanto tirada de las mechas.

¿Cómo es que se llega de la repetición compulsiva al instinto de la muerte? (¿cómo llega la alfalfa al tejado? ¡Las vacas no vuelan!) ¡Señores, un truco de magia! Ustedes verán, aquí está la repetición, y esta repetición es un hábito. Un hábito les priva a ustedes de su libertad para elegir. Les petrifica la vida. ¡Voilà! Muy simple, ¿verdad? Ahora observen: esta muerte también puede ser vida. Si se es intensamente vital. Me siento como un h.d.p. (hijo de puta), pero alguien tiene que ver la desnudez del emperador.

¿Dónde está la falacia? En la suposición de que todos los hábitos son petrificaciones. Los hábitos son gestalts integradas y, como tales, en principio, son dispositivos bastante económicos de la naturaleza. Como me lo hiciera notar Lore, los "buenos" hábitos ayudan a vivir la vida.

Cuando se aprende a escribir a máquina, al comienzo tratamos de conocer la ubicación de cada letra, luego movemos el dedo hasta esa tecla y la hundimos con cierta presión. Tanto la ordenación como el manejo de las teclas, se irá haciendo familiar y será un flujo interminable desde el descubrimiento y redescubrimiento, hasta la certeza, es decir hasta la maestría. Cada vez se requiere de menos tiempo y concentración, hasta que la destreza se hace automática, se hace parte de uno, ayuda a vaciar lo que está por delante dejando espacio para un "pensar", imperturbado por la búsqueda de las teclas. En otras palabras, los "buenos" hábitos son parte del proceso de crecimiento, de la actualización de una destreza potencial.

Es cierto también que una vez que se forma un hábito, éste permanece ahí y forma parte del organismo. Cambiar el hábito implica sacar ese hábito del fondo nuevamente y gastar energía (como vimos con el H₂O) tanto para desorganizarlo, como para reordenarlo.

Freud tropezó al no reconocer la diferencia entre una repetición compulsiva patológica y la formación organísmica de los hábitos. En la repetición compulsiva no se logra vaciar lo que está en primer plano y, por ende, no puede ser asimilado. Por el contrario, se mantiene como una exigencia constante de atención y esfuerzo únicamente porque la gestalt no llega a cerrarse, únicamente porque la situación no se concluye, únicamente porque la herida no cicatriza.

La repetición compulsiva no se orienta a la muerte, sino que es dirigida por la vida. Es un intento repetido de encararse con una situación difícil. Las repeticiones son inversiones en favor de la conclusión de una gestalt para poder librar las energías propias, para crecer y desarrollarse. Son las situaciones inconclusas las que detienen la obra; ellas son los bloques en el camino de la maduración. Uno de los ejemplos más simples de situación incompleta es la enfermedad. Una enfermedad puede terminarse por curación, por la muerte, o mediante una transformación organísmica.

Es obvio que la enfermedad, que es una forma de vida distorsionada, desaparece con la curación o con la muerte. Y también es claro que una enfermedad, especialmente si se acompaña de dolor, cobrará la importancia de una figura crónica sin ningún deseo de retroceder al fondo y menos aún de ser asimilada y desaparecer permanentemente del primer plano. Esto a menudo cambia mediante la *transformación organísmica*¹⁰.

Si una persona está cercana a la ceguera total, pondrá mucho esfuerzo en mantener o mejorar lo que le queda de su vista. Se mantiene continuamente como una situación incompleta. Está ocupado y preocupado.

10. Neologismo introducido por Kurt Goldstein en 1938. Se refiere a la propiedad del organismo vivo por la cual éste siempre tiende a realizar sus posibilidades y su naturaleza al máximo, y en beneficio del organismo total y no del de una de sus partes. (N. del T.).

Cuando ya está totalmente ciego, la situación cambia de una manera dramática. Ha superado la falacia de la esperanza. Está lisiado ante sus congéneres, pero él mismo se convierte en otro organismo, llegando a vivir en un *Umwelt* (ambiente) diferente, confiando ahora en un modo distinto de orientación. Ahora es un organismo sin ojos, tal como nosotros somos organismos con sólo dos y no diez piernas. Sus expectativas de volver a ser una persona contenta han mejorado enormemente (como fue el caso de Helen Keller quien sufrió varias dificultades de este tipo).

¿Cómo podemos funcionar si el organismo no recibe órdenes de alguna parte? ¿Cómo se logra la cooperación de ese número increíble de células? ¿Cómo es que somos capaces de encararnos con el sustento y las demás exigencias de la vida? Incluso si llegáramos a rechazar la dicotomía que nos divide en mente y cuerpo, ¿cuál es entonces aquella fuerza milagrosa que nos hace funcionar?

¿Tendremos acaso un dictador interno que toma las decisiones, una comisión coordinadora, un gobierno con poder ejecutivo? ¿Será que hay un inconsciente, o las emociones, o será el cerebro computante el que cumple esta función? ¿O habrá un dios, o un alma que empapa al cuerpo y que con infinita sabiduría se hace cargo de todas las necesidades y metas del organismo?

¡No lo sabemos! Sólo podemos lucubrar al respecto. Podemos hacer mapas, modelos, hipótesis de trabajo y constatar una a una su veracidad. ¿Y de qué serviría si lo supiéramos?

Ninguna teoría es válida si hay una excepción a ella. Si hacemos trampas, si escondemos alguna evidencia, ya no somos científicos, sino que, más bien, manipuladores, hipnotistas, charlatanes o, al menos, propagandistas del engrandecimiento de nuestra propia importancia.

¿Serán estas las primeras piedras que empiezan a emerger de la bruma de la ignorancia, capaces de cimentar una teoría del hombre y de sus funciones que fuera a la vez confiable, completa y aplicable?

Aún no son muchas, pero sí las necesarias para darle una orientación confiable a nuestros propósitos específicos.

Yo he hecho del *darse cuenta* (*awareness*) el eje de mi enfoque, reconociendo que la fenomenología es el paso primario e indispensable para saber todo lo que hay que saber.

Sin *awareness* no hay nada.

Sin *awareness* hay vaciedad.

La persona corriente es cautelosa ante la nada. Siente que es algo tenebroso, le parece absurdo abocarse a ella y usarla filosóficamente.



Hay muchos existentes: cosas, seres, sustancias químicas, el universo, diarios y así sucesivamente. Desde luego que no vemos a todos como pertenecientes a la misma categoría.

No me es fácil ver muchas categorías de la nada y creo que valdría la pena, e incluso sería necesario para nuestro objetivo, hablar de algunas de ellas. A título de ejemplo, tomemos la idea de la creación.

Hasta donde sabemos, el tiempo es infinito, sin comienzo ni fin. Ya estamos aprendiendo a contar en billones de años. El hombre encontró intolerable la idea de que en el comienzo había "nada". De modo que inventó una serie de historias acerca de cómo se creó el mundo, historias que difieren en las diversas culturas y que convenientemente dejan afuera

la respuesta acerca de cómo se creó el creador. Estas historias llenan un vacío que podríamos llamar la "vaciedad tenebrosa".

A veces la nada toma un aspecto deseable, como cuando se vivencia en un contexto de dolor, congoja o desesperación. El saludo hebreo *shalom*, significa paz, ausencia de conflicto. *Nirvana* es cesación de las tribulaciones del vivir. *Lethe* es olvido, es borrar lo intolerable.

A veces la nada es el resultado de la destrucción. En psicoanálisis, la represión es la aniquilación de cosas, personas y recuerdos indeseados.

La idea de la nada, como es entendida en el mundo occidental, puede contrastarse con la idea oriental de *no-cosa-idad* (*no-thing-ness*). Las cosas no existen; cada acontecimiento es un proceso; la cosa es meramente una forma transitoria de un proceso eterno. Entre los filósofos presocráticos, Heráclito sostenía esta misma idea: *Pan-ta rei*, todo está en flujo; "nunca nos bañamos dos veces en el mismo río".

Decirle a una muchacha que tiene la cabeza hueca es para nosotros un insulto. Para un oriental puede ser un gran piropo; su cabeza no está llena, no está bloqueada, está abierta.

Mi primer encuentro filosófico con la nada fue el número "0". Lo encontré gracias a Sigmund Friedlander bajo el nombre de *indiferencia creativa*.

En mi vida puedo distinguir tres *gurus*. El primero fue S. Friedlander, quien se consideraba a sí mismo un neokantiano. De él aprendí el significado del equilibrio, del centro cero entre los opuestos. El segundo es Selig, nuestro escultor y arquitecto en el Instituto Esalen. Estará indignado cuando sepa que escribí algo acerca de él. Esto es verdaderamente una invasión a su privacidad. ¡*Ecce Homo!* Aquí hay un verdadero *Mensch*, un ser humano completamente sin pretensiones, humilde, lleno de sabiduría y que sabe hacer las cosas. Como morador de ciudad que fui, nunca tuve mucho contacto con la naturaleza. Observarlo en su compromiso y entendimiento, tanto de humanos, como de animales y plantas, y comparar su modestia y seguridad con mi excitabilidad y tendencia a ser "prima donna" me ha hecho sentir al fin la presencia de un hombre ante quien me siento definitivamente inferior y con el cual tenemos un sentimiento mu-

tuo de respeto y amistad. Todo esto en gran parte me ha ayudado a superar mi pomposidad y fatuidad.

Mi último "guru" fue Mitzie, una hermosa gata blanca. Ella me enseñó la sabiduría de los animales.

Dos veces en mi vida me he lamentado por perder una imagen fotográfica. La primera vez fue cuando un miembro de uno de mis grupos tuvo un *déjà vu*¹¹ con trance y *petit mal* (un ataque epiléptico menor). Estaba funcionando mi grabadora de video. Estaba entusiasmadísimo con la idea de tener la única impresión fotográfica existente del síntoma. A pesar de mis claras indicaciones de "no borrar", la cinta fue borrada y usada de nuevo.

El otro acontecimiento me ocurrió con Mitzie. Desperté y vi mi enorme sombrero mexicano moviéndose solo, al lado de mi cama. Levanté el sombrero y ahí estaba Mitzie, acurrucando a un pájaro entre sus patitas anteriores. Me sentí estremecido. Hacía tres semanas había encontrado la pieza cubierta de plumas, señal segura de que Mitzie había atrapado y se había comido un pájaro. Le quité el pajarito y los ojos de la gata se pusieron tristes. El pajarito estaba intacto y pudo volar a los diez minutos de recuperarse. ¿Cómo podía yo suponer que Mitzie estaba siendo afectuosa? ¿Quién ha oído de que un gato acurruque a un pájaro? A no ser por mi sorpresa, podría haber tomado esa fotografía y podría haber hecho alarde de tan raro acontecimiento.

Ya sé cómo obtuve a Mitzie, recuerdo los ojos generosamente críticos de mis primeros encuentros con Selig, pero Friedlander aún está sumergido en la niebla. Me sorprendí cuando un día mi madre mencionó las en-

11. Experiencia o sensación de "haber visto" o "haber vivido con anterioridad" una situación que transcurre en el presente. Si bien es un fenómeno normal en la mayoría de las personas, se da con gran frecuencia e intensidad en aquellas que sufren de ciertas formas de epilepsia. (N. del T.).

comiendas con alimentos que yo le había enviado. Me había olvidado de ellas por completo. Las encomiendas corresponderían al año 1922.

La inflación del marco alemán ya estaba aumentando en forma notoria, aunque no se había disparado como ocurrió después. Los alimentos, y, en particular, la carne, escaseaban. Mi capacidad de ver las cosas en perspectiva era una ventaja en aquel tiempo. Más adelante, me serviría para superar los peligros del campo de concentración y el embrollo que traería la Segunda Guerra Mundial, del mismo modo como me adelanté a la inflación.

Los escalofríos que algunos sienten por los peligros de la inflación que se evidencia actualmente en los Estados Unidos, me hacen sonreír. ¡Inflación! ¡No tienen idea lo que significa la inflación! Si el dinero tiene un 4% de interés anual, la ley del balance dice entonces que el dinero pierde al año un 4% de su valor, y este es más o menos el grado de inflación que tienen en este país.

Acaso la inflación alemana fue fabricada para liquidar las deudas de la guerra, no lo puedo decir, pero tengo mis sospechas. El hecho es que el dólar subió rápidamente de 4 a 20 marcos, luego a 100, luego a 1.000 y finalmente a las decenas de mil y entonces se escapó a los millones y terminó con un precio de varios billones de marcos. El valor del marco llegó muy cerca de la "nada". Tengo una colección histórica de estampillas alemanas que va desde la época de los principados hasta el imperio, y del tercer Reich hasta la ruptura Alemania Occidental/Berlín/Alemania Oriental. Las estampillas de la inflación cubren páginas enteras.

Los billetes debían ser llevados en bolsas. La gente corría a comprar cosas con el dinero que habían ganado ese mismo día, porque a la mañana siguiente su valor ya había caído a la mitad. Las hipotecas no valían ni siquiera el valor del papel sobre el cual estaban escritas.

Dos pacientes, junto con mi agudeza, nos salvaron de esta crítica situación. Uno era banquero. Yo no sabía nada acerca del mercado de corredores y sus manejos. Un día uno de mis pacientes me sugirió que comprara algunas acciones a un precio de alrededor cien veces lo que yo ganaba en un mes. Le pregunté si acaso creía que yo estaba loco, pero sonriendo

me respondió: “¡Puedes confiar en mí! Yo no me arriesgo. Compras las acciones ahora y me las pagas al cabo de un mes”. Eso es lo que hice y al cabo del mes pagué un quinto de su valor. Hice esto mismo una vez más; luego no tuve más necesidad. El alivio vino de otra fuente, un paciente que era un carnicero de Bremerhaven.

Al poco tiempo de comenzar la Primera Guerra Mundial, la situación alimenticia en Alemania comenzó a deteriorarse. Pronto la palabra *Ersatz* (sustituto) cobró una connotación ominosa. Después de la guerra y, en especial, durante la inflación, la situación del abastecimiento no mejoró. Un episodio más o menos gracioso ilustra esto.

1919. Mi amigo Franz Jonas y yo fuimos a estudiar por un semestre a Freiburg. Un hermoso día fuimos de excursión y estábamos esperanzados en conseguir algunos alimentos con los campesinos. Lo único que obtuvimos tras un día de esfuerzo, fueron dos huevos. De regreso a casa nos emborrachamos y nos alegramos un tanto. Ya que saquear estaba prohibido entre nosotros, entre broma y broma me dio un palmetazo en el bolsillo donde tenía los hueyos. ¡Una cochinado, en lugar de mi precioso desayuno! Un huevo para el desayuno en Alemania era casi un símbolo de status.

¡Basta ya de disociaciones libres! Volvamos a mi salvador, el ángel carnicero, quien cayó de los cielos de Bremerhaven directo en mi sala de consulta, ¿o debiera decir en mi despensa? Sufría de dolores de cabeza y desde luego que quería ser sanado, como sostienen todos los neuróticos. Bremerhaven estaba a ocho horas por ferrocarril y venía una vez por semana con un gran paquete de carne y salchichas. Yo vivía con mis padres y mi hermana Else. Nunca habíamos tenido tan buenos tiempos, como dice el refrán. Pero esto no era todo. Al cabo de unas semanas insistió en que se sentía mucho mejor, pero que esos largos viajes en tren no le hacían nada de bien a su cabeza. Tenía muchos amigos que querían consultarme y no había ningún *Nervenarzt* (una especie de neuropsiquiatra) en Bremerhaven. “No estoy interesado”, respondí, “en ser torturado por un coche de fe-

roccarril que sangolotea durante ocho horas”. “Bueno”, dijo, “le podríamos pagar en dólares americanos”. Mi corazón dio un salto. Esto no podía ser. Estos milagros no ocurren. Pero era cierto.

Lo que significaba el dólar en la inflación galopante es difícil de entender. Baste un ejemplo entre muchos. En 1923 yo tenía la intención de viajar a los Estados Unidos. Nunca tuve el dinero para hacer imprimir mi diploma de médico, lo cual era permitido únicamente después de haber pagado la impresión de la disertación. Rara vez me interesé en la medicina per se, y mi disertación fue acerca de un tema poco interesante: *Lipodystrofia adiposogenitalis* o algo por el estilo, una enfermedad muy rara en que las mujeres se ven como un canguro con grandes masas de grasa sobre su cintura y delgadas por debajo. No estaba interesado en su publicación. Fui donde el *Castellano*, una especie de cajero de la Universidad, y le dije que le daría un dólar si conseguía que se hiciera la impresión. Sus ojos brillaban, no podía creer lo que oía. “¿Un dólar entero?”. Se hizo cargo del asunto y a la semana tenía mis cosas impresas y firmadas, y él estaba profundamente agradecido sin haber movido un dedo. Tal era la magia del dólar en 1923.

En aquel entonces yo ya era un hombre rico. Tenía acumulados quinientos dólares con los cuales me podría haber comprado unos cuantos edificios en Berlín. Sin embargo, preferí gastarlos en un viaje a Nueva York.

Bremerhaven tenía la reputación de ser algo así como un suburbio de Nueva York. Era el puerto alemán para una de las grandes compañías transatlánticas que tenían buques como el Bremen y Europa. Las tripulaciones eran pagadas en dólares. Durante varios meses fui a Bremerhaven todas las semanas durante dos días; tenía unos cuantos pacientes, usaba fundamentalmente hipnoanálisis y me divertía bastante.



Frederick Perls

La mayoría de los médicos alemanes eran muy cuadrados y llevaban además máscaras de respetabilidad total. Estoy seguro de que fruncían el ceño al saber de mis viajes. Yo les fruncía el ceño de vuelta. Pertenecían a una clase media-alta-burguesa-empingorotada. Yo, y algunos de mis amigos médicos, pertenecíamos a una clase bohemia que tenía su guarida en el Café del Oeste y más tarde en el Café Romanische.

Ahí se reunían muchos filósofos, escritores, pintores y políticos radicales, además de una serie de holgazanes. Uno de los del grupo, desde luego, era Friedlander. Este ganaba su dinero escribiendo cuentos muy humorísticos bajo el seudónimo de Mynona que es *anonym* escrito al revés. Su obra filosófica, *Creative Indifference* me impactó muchísimo. Como personalidad, fue el primer hombre ante cuya presencia me sentía humilde, inclinándome ante él con veneración. No había lugar para mi arrogancia.

Cuando trato de racionalizar y ubicar qué era exactamente lo que me atraía de Friedlander y su filosofía, siento un torbellino de pensamientos, sentimientos y recuerdos. La filosofía era para mí una palabra mágica, algo que uno tenía que comprender para poder entenderse a sí mismo y al mundo, un antídoto a mi confusión existencial y a mi desconcierto. Siempre pude encararme con la sofisticación. Las preguntas como: "¿cuántos ángeles pueden bailar en la punta de un alfiler?", era una trampa barata en que se mezclaban símbolos con cosas. "¿Qué es lo primero, la gallina o el huevo?", no sólo se desentiende del cuadro total de un proceso continuo, sino que específicamente deja afuera al punto de partida, "¿cuál gallina, cuál huevo?". Reich fue una típica víctima de tal pensamiento desordenado.

En la escuela leímos a Sófocles y a Platón en el griego original. A mí me gustaba el dramaturgo, pero Platón, como tantos otros filósofos, estaba planteando ideales y exigiendo modos de comportamiento que ellos mismos no seguían. Yo ya estaba harto de la hipocresía de mi padre, quien predicaba una cosa y vivía otra.

Dentro y fuera del tarro de la basura

En cuanto a Sócrates, él incluso sobrepasaba mi arrogancia al decir: "Ustedes son todos unos estúpidos al pensar que algo saben. En cambio, yo, Sócrates, no soy estúpido. ¡Yo sé que nada sé! ¡Esto me da el derecho a torturarlos con preguntas y mostrarles lo estúpidos que son!". ¿Hasta qué extremo se puede glorificar al intelecto?

La enseñanza en boga sobre psicología eran una revoltura entre fisiología y cuatro tipos de mente: razón, emoción, fuerza de voluntad y memoria.

Ni siquiera podría comenzar a enumerar las cien diferentes explicaciones y propósitos que fueron fabricados para representar a la Verdad (nuevamente con "V" mayúscula).

Fue en este torbellino que Friedlander dio a conocer su sencillo modo de orientación primaria. Cualquier cosa que es se va a diferenciar en opuestos. Si se ven pillados por una de las fuerzas opositoras, entonces están atrapados, o al menos muy inclinados a serlo. Si permanecen en la nada del centro cero, están balanceados y pueden tomar perspectiva.

Después me di cuenta que éste es el equivalente occidental de la enseñanza de Lao-tze.

Para mí, la orientación de la indiferencia creativa es bien clara. No tengo nada que agregar al primer capítulo de *Ego, Hunger and Aggression*.

¡Caray! ¡Ahora sí que estoy atascado! Esa fue la única frase que se me vino a la cabeza. ¡Referirme a esa mierda rancia! Fritz, vergüenza, ¿qué te pasa? Hace una hora terminé una sesión pesada, sobreterapizada. Al final salieron los resentimientos. Eran como murciélagos negros que abandonaban la sala. Bajé a la posada. Estaban todos bailando, entusiasmados, una vez más habiendo sorteado lo más difícil.

Sentado ahí, triste, sin respuesta a las oberturas oculares, abriendo los ojos yo mismo; tristeza, cansancio sin respuesta. A veces pasaban muchos días antes de que se me pasara una depresión. Esta vez me quedé enteramente con ella, resistiéndome al impulso de alcanzar un bienestar falso.

Hoy esto me tomó veinte minutos. Soy nuevamente yo mismo. Vagando con la lapicera sobre el papel. Son casi la una de la madrugada. Las dos últimas noches escribí hasta alrededor de las tres. Me levanto temprano. Escucho las noticias en la radio. No tenemos recepción de FM o TV, únicamente AM y con estática. En la noche hay un programa musical "American Airline" que se escucha bien. Tampoco tenemos diarios. Así es que en lo posible escucho un programa de noticias. Una vez a la semana me pongo al día en las noticias leyendo *Newsweek*. La excitación de esta semana: aparecimos en la revista *Life*. Es divertido, como si al fin nos estuviéramos poniendo respetables. ¡Y yo aún tengo mi mala reputación que mantener!

Córtala Fritz, déjate de decir disparates
Déjate de andar frenético
Sé escritor, entrega los bienes.
La poesía a veces es buena, también la contemplación
De tu propio ánimo inquietante
Y de tu propia soberbia.
Siéntate y cuéntanos cómo
Mejor que un alma, o Dios,
Puede la nada creativa
Darnos entendimiento.
Deja ese capítulo en el tarro
Junto al resto de la basura;
Recoge algunas muestras, ilustra:
Dale luz a la oscuridad.

Luz y oscuridad, opuestos irreconciliables cuando se miran desde el punto de vista abstracto. ¿Cómo puede haber luz cuando hay oscuridad, que es la esencia misma de la nada? Una excluye a la otra.

Ahora miren ese árbol a la luz del sol. ¿Ven la sombra? ¿Sombra sin luz, luz sin sombra? ¡Imposible! En este caso la luz y la oscuridad se determinan entre sí; se incluyen entre sí.

¿Acaso un cine al aire libre exhibe una película durante el día? Para tener figuras de relieve necesitamos la oscuridad como fondo. Para simplificar: quedémonos con una película en blanco y negro. Necesitamos un contraste balanceado. Demasiado contraste y la película se verá dura, demasiado poco contraste y la película será opaca. Su aparato de TV tiene ajustes para un balance óptimo de contraste. Nuevamente el blanco y el negro se determinan el uno al otro. Una pantalla que está completamente blanca o negra constituye una nada con respecto al contenido. El contenido de esta imagen es la diferenciación en puntos significativos, negros y blancos.

Subiendo por la escala nos encontramos con Rembrandt, cuyas yuxtaposiciones de luz y oscuridad son uno de los grandes logros del arte.

El cero es la nada. Un punto de indiferencia, un punto de donde nacen los opuestos. Es una indiferencia que automáticamente se hace creativa apenas comienza aquella diferenciación. Podemos escoger cualquier punto al azar y mirarlo con mayor aumento. Si decidimos lanzar un proyectil en el día x/y/z, comenzamos con una cuenta regresiva en días, horas, minutos y segundos, hasta llegar a cero y seguimos contando en segundos, minutos, horas y días, hacia adelante.

Un presupuesto balanceado es aquel en que el crédito y el débito suman cero, aunque el presupuesto total sean centavos o millones.

Tenemos el hábito de llamar al punto cero: "normal". Hablamos de temperatura normal, recuento de glóbulos rojos normal, etc., *ad infinitum*. Cualquier desviación hacia el más o el menos lo llamamos anormal, y si el más o menos es de magnitud considerable, es señal segura de mal funcionamiento, de enfermedad.

En el caso de los organismos biológicos, el punto cero de la normalidad tiene que mantenerse, de lo contrario el organismo dejará de funcionar; el organismo morirá.

Cada célula, cada órgano, cada organismo en su totalidad tiene que sostener una cantidad considerable de funciones.

Cada célula, cada órgano, cada organismo en su totalidad está ocupado deshaciéndose de cualquier exceso (+) y supliendo cualquier deficien-

cia (-) para mantener el punto cero, el punto de funcionamiento óptimo.

Cada célula, cada órgano, cada organismo total está en contacto con su ambiente, ya sea excretando o surtiéndose.

Cada célula, cada órgano tiene un ambiente intraorganísmico (fluidos, nervios, etc.) en el cual está sumergido. El organismo total tiene al mundo como su ambiente con el cual debe mantener su sutil balance organísmico (Véase nota 11 en página 82).

Cualquier disturbio del balance organísmico constituye una Gestalt incompleta, una situación inconclusa que obligará al organismo a ser creativo, a encontrar medios y modos de restaurar el balance.

Cualquier deficiencia —ya sea de calcio, de aminoácidos, de oxígeno, de afecto, de importancia, etc.—, genera una necesidad de conseguir estos de alguna parte. No *tenemos* un “instinto” para el calcio, los aminoácidos, oxígeno, afecto, importancia, etc., sino que cada vez que un balance específico se encuentra perturbado, *creamos ad hoc* uno de esos miles de “instintos” posibles.

Del mismo modo, cualquier excedente crea un instinto temporario para deshacerse de ello —sea éste anhídrido carbónico, ácido láctico, semen, heces, irritaciones, resentimientos, fatiga, etc.—, a manera de restaurar el balance organísmico.

Cada respiración nos surte de oxígeno y elimina el anhídrido carbónico. A menudo se equipara el respirar solamente con la inhalación. “Tome aliento”.

No quisiera lavarme las manos en un lavatorio a medio llenar con agua sucia. No echo agua limpia sobre la sucia. Antes boto el agua sucia.

¡Para botar el aire “sucio” primero exhalamos! Si el inhalar se transforma en un fetichismo, puede que desarrollemos un asma, un intento desesperado de la naturaleza de sacar aire usado.

Pude curar rápidamente todos los casos de asma psicogénica que me vinieron a consultar. Descubrí que en la mayoría de ellos había una ver-

güenza especial, un temor por hacer ruidos exhalantes desorbitados como los del orgasmo. Las situaciones que deben trabajarse preferentemente son el temor a delatar su propia masturbación o la expectativa ante la posibilidad de que descubran que tenemos un amante en la cama. Los dejaba que jugaran a “fornicar”. Terminaban así el *impasse* respiratorio algo mareados y muy aliviados.

Tengo a mi haber una gran cantidad de las llamadas “curas milagrosas” en mi tarro de la basura. Yo pienso que estas curaciones son tan milagrosas como el hecho que uno pueda ver un árbol que un ciego no puede ver, y se deben a que mi zona intermedia está menos repleta que la de la mayoría y que soy capaz de ver lo obvio. Quiero mencionar el siguiente caso como ejemplo de desbalance.

Una vez llegó a mí un violinista que padecía de un calambre en la mano izquierda y que se iniciaba a los quince minutos de comenzar a tocar su instrumento. Tenía la ambición de ser solista; mientras tocaba como integrante de la orquesta no tenía su calambre. Todos los exámenes neurológicos eran negativos. Obviamente este era un caso psicósomático y el psicoanálisis estaba bien indicado.

He visto muchos casos de psicoanálisis de larga duración. Cinco o diez años de análisis son bastante frecuentes. Pero éste se llevaba el premio. Llevaba veintisiete años de psicoanálisis con diferentes terapeutas. Para qué mencionar que todos los aspectos relacionados con el complejo de Edipo, masturbación, exhibicionismo, etc., habían sido revisados una y otra vez.

Cuando vino a mí se abalanzó sobre el diván. Lo detuve y le pedí que trajera su violín.

“¿Para qué?”.

“Quiero ver cómo se las arregla para fabricar este calambre”.

Trajo su violín y tocó maravillosamente, de pie. Vi que se apoyaba exclusivamente en su pierna derecha y que su pierna izquierda estaba cruzada por delante. A los diez minutos comenzó a balancearse imperceptible-

mente. Este balanceo fue aumentando paulatinamente, y a los pocos minutos sus dedos perdieron velocidad y muchas notas le salían desafinadas. Entonces él se interrumpió: “¿Ve?, ya se está poniendo difícil. Si me obligo a seguir me da el calambre y no puedo tocar nada”. ¿Y no le da el calambre en la orquesta?

“Jamás”.

¿Toca sentado?

“Desde luego, pero como solista tengo que tocar de pie”.

Muy bien. Ahora permítame que le haga un masaje en las manos. Párese con sus pies separados y las rodillas ligeramente flectadas. Ahora comience de nuevo.

Luego de veinte minutos de tocar perfectamente, se le humedecieron los ojos. Murmuraba: “No lo creo, no lo puedo creer”.

Ya había transcurrido su hora, pero dejé esperando al paciente que seguía. ¡Esto era demasiado importante! Quería estar seguro y dejarlo tocar unos minutos más.

¿Qué había ocurrido? Tenemos varias polaridades que si no son balanceadas adecuadamente producen una división y un conflicto. Lo más frecuente es la dicotomía entre el lado derecho y el izquierdo. Menos frecuente era la partición entre adelante/atrás, o parte superior y parte inferior, descubierta por Lore. La parte que queda por encima de la cintura tiene fundamentalmente funciones de contacto, la parte inferior funciones de apoyo. Ahora bien, mi paciente tenía bastante apoyo cuando estaba sentado, pero el estar de pie, apoyado casi exclusivamente sobre su pierna derecha, no era suficiente para los sutiles movimientos de la mano izquierda. Apenas su pierna derecha se cansaba de soportar todo el peso, comenzaba a tambalearse y a cada segundo tenía que recobrar su equilibrio. Este desequilibrio influenciaba su parte superior, sobre todo su mano izquierda. Aún tuvimos que trabajar durante unas semanas, no tan sólo para destetarlo de su vida de diván, sino que para ablandar su “determinación ceñuda”, mandíbula apretada, etc.

No sé si alguna vez alcanzó el éxito que esperaba. Tocaba lo suficientemente bien, pero nunca vi su nombre anunciado en las carteleras.

Por aquel entonces yo ya estaba instalado en Nueva York y comenzaba a hacerme cierto renombre, como alguien que estaba dispuesto y deseoso por recibir casos refractarios.

De hecho, durante un tiempo dependía de bien poco el que me quedara o no en los Estados Unidos.

Estoy en un *impasse* menor. Siento ganas de escribir acerca de mi llegada a los Estados Unidos, y al mismo tiempo no me siento muy bien por ello. Este irse de un contexto a otro, comienzo a sentirlo como un truco, una técnica. Ni siquiera es estilo contrapuntístico, en el cual las diversas partes se apoyan entre sí. Pero también, ¿quién, fuera de yo mismo, dará las reglas acerca de qué es lo que tiro a la basura y qué es lo que saco de ella? Y lo que es más, ni siquiera estoy escribiendo acerca de lo que en este momento me atribula.

Son las tres y cuarto de la madrugada, y aún no puedo dormirme. Esto es algo muy raro. Por lo general me puedo poner en contacto y localizar cualquier sobreexcitación y ésta se disuelve y disipa. El *awareness* de “yo” se desvanece, el *awareness* corporal disminuye y luego “nada” hasta la mañana.

Larry Booth está filmando una película en colores llamada “Fritz”. Esta película es un poema, un cuadro mío bastante halagador, aunque escuché comentarios que señalaban que mi ternura y cariño no se dejaban ver como en las películas de sesiones de terapia. Esto en sí no me molesta. Lo que me está incomodando es que estoy desconfiado e irritable como consecuencia de una actitud paranoide mía. Esto me pasa muy de vez en cuando. Siento que están abusando de mí, al menos en lo que a los arreglos financieros se refiere. Pero no me puedo permitir ser generoso y sentirme al mismo tiempo estafado. Gano bastante dinero y desde ese punto de vista lo puedo permitir. Así que, ¿qué más da!

Viví los terrores de Flandes, pasé por bastante miseria, viví durante aquel tiempo en Holanda, y muchas otras penurias, y aún no puedo ser

racional acerca de ello. Aún es el mismo autoconcepto arrogante que me dice: "Esto no me lo pueden hacer a mí".

Tuve una serie de episodios paranoides, incluso en situaciones en las que yo estaba equivocado. Estos episodios fueron muy marcados y exagerados luego de mis primeras experiencias con LSD. En aquellos tiempos, perdía la perspectiva y experimentaba gran número de fantasías de venganzas. Sé que este sería el momento de hablar de drogas psicodélicas y mi relación con ellas, pero comienzo a sentirme cansado y me pesan los párpados. Tendré que dejarlo para después. ¿Este estar escribiendo me traerá el sueño?

Hoy al almuerzo estuvimos hablando acerca del aprendizaje. Yo sugería que aprender es descubrir. Aprender una destreza es el *descubrimiento* de que algo es posible. Enseñar es *mostrar* que algo es posible. Descubrir: quitar la cubierta, hacer que la cosa o la destreza aparezca, agregar algo "nuevo".

Una célula o un organismo que ha perdido su centro, su punto cero, su normalidad, el punto de indiferencia creativa descubre este desequilibrio y descubre también los medios de recuperarlo. Este puede ser un proceso muy simple o muy complicado. Por ejemplo, lo primero que ocurre es que la deficiencia de agua genera un instinto de agua temporario que se llama "sed", en seguida se descubre una fuente de agua, una botella de cerveza, luego se descubre un medio para abrir la botella y, finalmente, se descubre que beber aniquila la sed. Expresado en una fórmula: si el estado del organismo es - x cantidad de agua, tomando + x cantidad de agua, llegamos a cero, es decir, la desaparición del desequilibrio.

Ante la creencia de que el agente del funcionamiento del organismo es el alma, o un dios, o aquello que llamamos "vida", esta fórmula es un avance importante. Ya tenemos algo de movimiento; tenemos ya una relación bien definida del organismo con su ambiente y hemos introducido una función orgánica básica, la necesidad de descubrir.

En este momento, siento la necesidad de defenderme de ser denominado conductista. En cierto modo es verdad, lo soy. Estoy interesado en estudiar cómo se comporta la materia y, estoy particularmente, preocupado por la conducta del ser humano. Eso sí que la diferencia entre mi actitud y la de la gran cantidad de psicólogos, que se llaman a sí mismos conductistas, es decisiva. Es la diferencia entre un lugar atestado de gente y un pueblo fantasma.

El "darse cuenta" es una experiencia que transcurre en la más íntima privacidad. Yo no me puedo *dar cuenta* de tu "darte cuenta", lo único que puedo hacer es participar indirectamente. El conductista observa a los humanos y a las ratas "como si" no tuvieran ningún *awareness* propio, "como si" fueran cosas. Esto da como resultado que el conductista se convierta en ingeniero y condicionador de la conducta; es decir, en un controlador y manipulador.

Pero, incluso él, admite la función básica del descubrimiento. Sin el "darse cuenta" de los shocks y los apetitos, ningún animal descubriría nada.

"¿Cómo quiere el señor investigador que me comporte?"

Necesito emplear expresiones que cubran el rango completo de las abstracciones y sean adecuadas al lenguaje de todos. Es una lástima que no tengamos un término común para gestalt, ya que modelo, melodía o configuración, son demasiado específicos. Espero que escribiendo esto surja una buena formulación de lo que es gestalt. La comprensión de gestalt es sencilla en el caso de una melodía. Si se transporta una melodía de una tonalidad a otra, el tema permanece igual a pesar que de hecho se han cambiado las notas. Si uno conoce bien una melodía, basta con que alguien cante las primeras notas para que uno automáticamente la complete.

Así es como hemos llegado de vuelta a una de las leyes básicas de la dinámica de la formación de la gestalt: la tensión que surge de la necesidad de completar la gestalt se llama *frustración*. El completar la gestalt se llama *satisfacción*. *Satis* (suficiente); *facere* (hacer): hacer de modo que uno tenga lo suficiente. En otras palabras, ¡llenarse hasta que se está com-

pleto! Con la satisfacción el *desequilibrio* se aniquila, desaparece. El incidente está concluido.

El equilibrio o el descubrimiento se encuentran en todos los niveles de la existencia. Lo mismo ocurre con la frustración, la satisfacción y el enterar. Me refiero a la situación de una guerra prolongada con todas sus frustraciones y su único modo posible de clausura: la paz.

Me refiero específicamente a las frustraciones del hombre que estaba luchando, y estoy comparando mi propia situación durante la Primera y la Segunda Guerra Mundial: terror versus un refugio seguro contra los bombardeos.

Al desatarse la guerra de Hitler, yo ya estaba bien instalado en Johannesburgo; más bien debiera decir *nosotros* estábamos instalados, porque Lore también tenía un consultorio. Aún no me había alejado de los freudianos. Eso vino más tarde. Incluso puedo recordar el minuto preciso en que sentí la liberación total de esas cadenas ideológicas y comencé a oponerme al sistema de Freud. Durante años fui un tanto exagerado en mi oposición. Me hacía falta la apreciación por Freud y sus descubrimientos.



El alejamiento se produjo en Capetown cuando conocí a María Bonaparte, Princesa de Grecia. Ella era amiga y discípula de Freud. Recién había completado y mimeografiado el manuscrito de *Ego, Hunger and Aggression* y se lo di a ella para que lo leyera. Al devolverme el manuscrito me dio exactamente el tratamiento convulsivo que necesitaba. "Si ya no crees en la teoría de la libido, es conveniente que presentes tu renuncia". No pude creer lo que escuchaba. ¿Un enfoque científico basado en un artículo de fe?

Desde luego que ella tenía toda la razón. La libido estaba relacionada de un modo vago con las hormonas sexuales, pero Freud, que al igual que yo padecía de sistematitis crónica, se vio en la obligación de encontrar un denominador común para su modelo de hombre. A ese denominador común lo llamó "libido". Visto más de cerca, ese denominador común era como el comodín de los naipes. Podía representar muchas cosas a la vez: impulso sexual, afecto, sensibilidad, amor, formación gestáltica, impulso vital. ¡Y pensar que el pobre Wilhelm Reich se pasó la vida tratando de encontrar un equivalente de esta mescolanza semántica en la realidad física!

De todos modos, no presenté mi renuncia. Tampoco me despidieron. Mi relación con el Instituto Psicoanalítico simplemente se esfumó. Tal vez hubiera tomado una posición a no ser por la guerra.

El Afrika Korps de Hitler correteaba libremente por el norte de África. En Tobruk fue capturada una división sudafricana. Yo no sabía qué hacer. Mi título de médico no era válido. Estaba dispuesto a enrolarme como médico, pero fui enviado de vuelta a casa con el encargo de dar un examen de higiene. Esto me otorgaría una comisión en el ejército. Estudié la materia con dos de mis amigos durante varios meses, pero llegado el momento del examen, ellos pasaron y a mí me reprobaron.

Al poco tiempo se aprobó una ley en la que se reconocían los títulos extranjeros mientras durara la guerra. De modo que fui aceptado como oficial de sanidad y me enrolé en un curso de entrenamiento. Nos llamaban la patrulla de la cadena. En realidad éramos un espectáculo. Era divertido ser nuevamente soldado y soportar el entrenamiento. Luego nos adjudicaron a los hospitales.

Nuestro capitán supervisor era un oficial de la reserva empeñado en demostrar su eficiencia. Todo tenía que ser escrito en triplicado y debía registrarse. Al cabo de un año nos deshicimos de él. Un coronel de ejército tomó su lugar, nos llamó y nos anunció: "Señores, ustedes son oficiales y doctores. Confío en que son personas responsables y saben lo que están

haciendo. Sugiero que usen el fonendoscopio en lugar de la lapicera". Nos alivió el que no sufriera de un gusano burocrático. Al poco tiempo el número de pacientes atendidos se duplicó.

La enfermera jefa en mi pabellón era una hermosa rubia llegada desde Vancouver como voluntaria. Era cálida y, sin embargo, asexual. Silenciosa y, sin embargo, una de las personas más eficientes y confiables que jamás he conocido en mi vida. La respetaba tanto que nunca le hice un avance. ¿El zorro y sus uvas verdes? Tal vez.

Desde luego que los pacientes eran separados de acuerdo a su raza. Después del Apartheid en 1946 la separación entre blancos y negros aumentó notablemente, pero no vayan a creer ni por un momento que bajo el régimen más liberal de Jan Smuts había algo que siquiera tuviera olor a igualdad de derechos. A los blancos se les llamaba europeos y a los negros sencillamente nativos. A ningún nativo se le permitía morar en la misma casa que un europeo, o usar su mismo baño. Tenían incluso omnibuses y ayuntamientos distintos.

Entre los nativos pude distinguir dos tipos básicos de colapso nervioso. Uno era el del nativo urbanizado, que por lo general hablaba inglés o *afrikaans*, una forma bastarda del holandés. Sufrían de una severa neurosis de angustia. El nativo puro, en cambio, padecía de una neurosis de tipo esquizoide. No podía tratar con ellos, ni siquiera a través de un intérprete. Los enviaba a su médico brujo y a menudo volvían sanos.

Las neurosis de los europeos podían ser clasificadas de acuerdo a su país de origen. Si bien ésta es una simplificación, por lo general los británicos padecían de neurosis de carácter, los judíos de histeria y los boers presentaban rasgos compulsivos.

Lentamente se les hizo evidente a mis colegas la frecuencia de las enfermedades psicosomáticas. El jefe del departamento de medicina interna había declarado muy ufano en un comienzo: "Detrás de cada neurosis hay una úlcera gástrica". Y al final tuvo que admitir: "Perls (la costumbre norteamericana de llamarse por el primer nombre era mirada en menos, y se reservaba para los amigos íntimos) tenías toda la razón; detrás de cada úl-

cera gástrica hay una neurosis". Estaba agradecido; incluso le perdoné una metida de pata que hizo conmigo.

Tuve una inflamación en mi pie derecho. Era una hinchazón dolorosa. Me hizo el diagnóstico de gota, y esto me puso furioso. Yo y la gota, ¡simplemente no calzan! A pesar de sus remedios el dolor se hizo insoponible. Insistí en una radiografía. Encontraron una astilla, aparentemente remanente de una fractura anterior. Una pequeña intervención y a los pocos días estuve bien.

Había sufrido anteriormente varios pequeños accidentes en motocicleta y practicando otros deportes, y sólo uno fue de cierta gravedad: una conmoción cerebral debido a un golpe que sufrí patinando en hielo. Afortunadamente no hubo fractura ni daño cerebral permanente.

La primera vez que obtuve reconocimiento fue luego de una de mis llamadas curas milagrosas. Un soldado que padecía de grandes ampollas en todo el cuerpo. Como último recurso me lo enviaron a mí.

Un diagnóstico psiquiátrico no podía hacerse simplemente en base a la ausencia de síntomas neurológicos o hallazgos similares. Tenía que haber una indicación psicológica clara. Este soldado padecía de gran desesperación en su mirada y estaba un tanto perplejo. Desde luego que en el ejército no teníamos tiempo para tontear con psicoanálisis u otras formas de psicoterapia prolongada. Le administré pentotal y supe de inmediato que había estado en un campo de concentración. Le hablé en alemán y lo guí a los momentos de su desesperación y le removí su bloqueo a llorar. De verdad lloró a mares, o diré más bien que lloró "a pellejos". Despertó en un estado de confusión, y más tarde despertó de verdad con una vivencia típica de *satori*, de estar en el mundo entera y libremente. Por fin había dejado atrás al campo de concentración y estaba con nosotros. Las ampollas desaparecieron.

Curaciones espectaculares como éstas, desde luego que eran muy escasas. Por lo general había que trabajar mucho si se quería usar psicoterapia.

¡Bang! Una interrupción. Adelante G. Sírvete un dulce de mazapán. Mi hermana Grete me muestra su cariño enviándome los dulces más exquisitos. Soy mezquino al compartirlos, pero aún así lo hago.

Le conté a G. la cosa hermosa que me está empezando a ocurrir. Estoy comenzando a apreciar mis sutilezas, mi ritmo, mi claridad. Qué diferente es esto a mi afán de farsantear y figurar. Qué diferencia a mi voracidad por ser reconocido y el estímulo que trae el reconocimiento consigo, chato y de corta duración.

Esta, mañana mientras desayunaba —no, al poco rato de haber despertado— el remolino comenzó de nuevo. Estoy buscando a tientas algo en la bruma. De nuevo se me vienen muchos temas a la cabeza, pero muchos temas hacen una sinfonía únicamente cuando están estructurados e integrados.

Me estoy dando cuenta que este manuscrito se está convirtiendo en un libro y probablemente en un volumen relativamente grande. Nunca me había dado cuenta de cuán lleno está mi tarro de la basura y de todo lo que tengo para botar. Yo sé que muchas de mis experiencias serán de algún valor para muchos lectores. Ya he tenido comentarios muy alentadores de amigos a quienes les he prestado partes de este manuscrito.

Hay un comentario que me da vergüenza y me cripa: “¿Y cuándo saldrá tu libro?”

Por favor, déjame tranquilo y déjame vivir mi vicia. Estoy contento de que, por ahora, estoy estimulado y con ganas de seguir escribiendo. Estoy contento de hacer algo que integre mis necesidades con las tuyas. Así que “no empujes el río, fluye por sí solo”.

Y si las ideas y los acontecimientos se agolpan, no habrá ninguna fantasía y ninguna anticipación, ningún ensayo va a regir el flujo. La formación figura/fondo dictamina que sólo un evento, a la vez puede ocupar el primer plano, dominando la situación. De otra manera hay conflicto y confusión.

Y la formación figura/fondo más fuerte será la que tomará el control temporalmente sobre todo el organismo. Esa es la ley básica de la autorregulación orgánica, sin necesidad específica no hay instinto, objetivo o meta. Ninguna intención deliberada tendrá influencia si no está respaldada por una Gestalt energizante.

Si en un momento dado hubiera más de una gestalt que tiende a emerger, la unidad del control y la acción correrían peligro. En nuestro ejemplo de la sed, no es la sed que va tras el agua, sino que el organismo entero. Yo voy en busca del agua. La sed me dirige.

Si surge más de una Gestalt, puede que se produzca una fisura, una dicotomía, un conflicto interno, debilitando el potencial que normalmente debe ser invertido en completar la situación inconclusa más apremiante.

Si surge más de una Gestalt, frecuentemente el ser humano comienza a “decidir” hasta el punto de terminar jugando el juego de autotortura de la indecisión.

Si surge más de una Gestalt y a la naturaleza se le permite que obre por su cuenta, entonces no habrá decisiones, sino preferencias. Tal proceso significa orden en lugar de conflicto.

No hay una jerarquía de “instintos”; la jerarquía está en que la Gestalt más urgente es la que surge primero y con más fuerza.

Una vez completada o cerrada esta Gestalt, retrocederá hacia el fondo, vaciando así al primer plano y dándole lugar a la Gestalt siguiente que quisiera emerger o a otra emergencia. Luego que una Gestalt es satisfecha, el organismo puede ocuparse de la frustración más apremiante que sigue.

Lo primero es lo primero, siempre. Cuando alguien llama, cuando hay cartas o cuentas urgentes que atender, o un seminario que requiere de mi atención, entonces este manuscrito toma su lugar en el fondo. No va a desaparecer ni será olvidado ni reprimido. Permanecerá al alcance de la vitalidad del intercambio figura/fondo¹².

12. Concepto de psicología de la Gestalt. Se refiere a la distinción que surge en todo proceso perceptivo entre lo que está en primer plano o en relieve, llamado figura, y el am-

Cuando mi preocupación por este libro se mantiene cerca del primer plano, le presto poca atención a la conversación en la mesa del comedor o a la hermosura del paisaje.

Toda interferencia con la elasticidad del intercambio libre entre lo que está en *primer plano* y lo que en ese momento constituye el *fondo*, trae consigo fenómenos neuróticos o sicóticos.

Figura y fondo deben ser fácilmente intercambiables, de acuerdo a los requerimientos de mi ser. De lo contrario lo único que logramos es una serie de situaciones inconclusas, ideas fijas y una estructura de carácter rígida.

Lo que está en relieve y lo que está en el fondo debe ser fácilmente intercambiable. De otra manera se nos perturba el sistema de atención. Tenemos así confusión, pérdida de contacto, incapacidad de concentrarse y de comprometerse.

En cierta oportunidad le leí un trabajo al personal de nuestro hospital. Quise hacerlo lo suficientemente simple como para que hasta los médicos pudieran entender el principio de la formación de la Gestalt. Escogí un síntoma frecuente, el insomnio, y describí el significado del insomnio en términos de un intento del organismo de ocuparse de problemas más apremiantes que el dormir. De las muchas situaciones inconclusas que pueden interferir con ese retraerse del mundo al que llamamos sueño, están situaciones como una entrevista difícil al día siguiente, una venganza insatisfecha, un resentimiento inesperado, un deseo sexual muy fuerte.

A manera de encararse con las situaciones inconclusas, el organismo tiene que producir una cantidad mayor de excitación. El sueño y la sobreexcitación son incompatibles. Por lo tanto, si no se puede dormir y no se

biente en que se encuentra, el fondo. Ciertas imágenes—como el logotipo de esta editorial— Permiten la formación de más de una pareja figura-fondo. Podrán aparecer ante una primera inspección como figura ya sea una copa o el perfil de dos personas mirándose de frente. Difícilmente podrán verse ambas figuras a la vez. Al percibir una de las figuras, la otra pasa a constituir el fondo. (N. del T.)

aplica la excitación hacia la Gestalt incompleta, entonces habrá que buscar otra salida; ya sea enfadarse con el insomnio, encontrar que el almohadón es demasiado duro o el perro del vecino no deja de ladrar. Mientras más se enfadan menos pueden dormir. Cerrar los ojos tampoco ayuda. El cerrar los ojos no trae el sueño; el sueño trae el cerrar los ojos.

Podrán refugiarse también en la panacea de la psiquiatría moderna, recurriendo a los tranquilizantes, amortiguadores de nuestra fuerza vital, y esconder nuestros problemas irresueltos bajo la alfombra.

Viva al modo americano de vida de mediocre excitación con su complemento: la violencia. ¿O debiéramos recetarle a cada ciudadano una buena dosis de tranquilizantes para el desayuno?

Vivo en los terrenos del Instituto Esalen. Como de costumbre me acosté tarde y me desperté temprano mirando por la ventana. Las barrancas de Big Sur, sus olas inquietas que flotan como grandes colchones oscuros.

El año pasado, las colinas de mi casa estaban casi desnudas. Ahora están cubiertas por toda clase de arbustos. Hay flores entretejidas fluyendo con colorido, esperando ser pintadas por Corot o Renoir.

La playa no tiene arena. Tiene rocas y piedras que están a la espera del jugueteo de las olas. Y ahí vienen, una tras otra. Avanzando primero lentamente, luego saltando, danzando, abrazando y deshaciéndose, muriendo en su blancura.

Una de las rocas que está en la playa tiene un significado histórico. Elizabeth Taylor estuvo sentada sobre ella durante el rodaje de una película. Aún no he ido a venerar esa roca. Me han contado—pero no lo puedo asegurar— que para la escena de la roca fue recubierta con goma esponjosa y luego pintada para hacerla más fotogénica o cómoda o segura.

Mal que mal el trasero de una actriz de cine ha de ser propiedad muy valiosa.

Los lobos marinos que juegan por ahí al parecer no se dan cuenta de la santidad de aquella roca. Mi casa está directamente encima del acan-

tilado, tan sólo cien metros sobre las famosas termas calientes que fueron las que nos hicieron instalarnos acá. Hay entre veinte a treinta termas. El agua sale a 70°. El olor a azufre no es molesto y el agua es extremadamente blanda. Los baños dan hacia el mar y en la noche es un cielo cubierto de diamantes. La nieve y la lluvia son frecuentes en invierno. La temperatura del aire nunca baja de cero y los días realmente calurosos son escasos.

Este libro de viajes nada nos ha dicho acerca del rol que han asumido los baños. Hay piscinas y tinas. A veces hay hasta dieciséis personas en una de las piscinas. En las tinas uno se puede lavar y echar champú. Hacer esto en la piscina es muy mal visto. A veces los hombres y las mujeres usan los baños a distintas horas, otras veces las sesiones de baño son mixtas, por lo general después de los seminarios vespertinos. A veces hay grupos de encuentro que se juntan ahí después de almuerzo, y los familiares del personal usan los baños antes de la cena.

Yo sólo les recomiendo estos baños a mis grupos no profesionales, pero en cambio se los exijo a los profesionales: psiquiatras, psicólogos, ministros, etc. Es frecuente que lleguen acá muy tensos, con poco apoyo en sí mismos fuera del que les da su rol profesional, con temor a bajar donde nosotros los mortales y sin querer suscribir el hermoso descubrimiento de Whittaker de "aquella parte de paciente que hay en todo terapeuta" (demasiados terapeutas aún rehúsan ser aceptados o incluso elevados a la categoría de pacientes.) Siempre ocurre —y creo que no he visto más que una o dos excepciones— que se decepcionan por la falta de delicadeza y de lisonjeo, y, además, se asombran por la falta de estremecimiento que produce el desnudo. Se puede ver cualquier cosa. Desde gente flotando libremente, hasta otros que se dan feroces abrazos; desde cantos comunitarios, hasta repasos de las sesiones de grupo. Otras veces se aburren o se ponen vergonzosos, y decaen al nivel de contar chistes.

Cuando llegan a tocarse lo hacen fundamentalmente en forma de masajes. El sexo y la violencia son muy poco frecuentes.

En cierta oportunidad hubo una chica muy jodida que hizo que dos fulanos se pelearan. Uno de ellos, aparentemente por necesidad de farsantearse, se puso a vociferar como un loco e incluso amenazó con matar al

otro. Cuando llegó a la piscina en que yo estaba, a pesar de mi edad le di un puñetazo en la nariz. Ante mi asombro se desarmó sin ninguna resistencia y comenzó a llorar.

Pocas veces tengo miedo. Un buen psiquiatra tiene que arriesgar su vida si es que quiere lograr algo de verdad. Tiene que tomar una posición. Las "componendas" y el ser "servicial" no sirven para nada. Una persona que luego resultó ser una terapeuta de primera clase, al trabajar conmigo finalmente tuvo una explosión de ira. Se fue encima mío con una silla en la mano, dispuesta a aplastarme. Le dije tranquilamente: "Sigue no más, yo ya he vivido mi vida", y con eso ella despertó de su trance.

En cierta oportunidad me llamaron a un grupo para que tranquilizara a una muchacha que atacaba físicamente a todos los miembros del grupo. Trataban desesperadamente de sujetarla y calmarla. Una y otra vez se levantaba y seguía luchando. Al entrar a la sala se me abalanzó y me golpeó con su cabeza en la barriga con tal fuerza que me lanzó al suelo. Luché con ella hasta que ella también cayó al suelo. Otra vez se levantó. Luego por tercera vez la tumbé al suelo y jadeante le dije: "A más de una perra le he tenido que pegar en mi vida". Se levantó con lágrimas en los ojos y abrazándome me dijo: "Fritz, te amo". Parece ser que esto es lo que había estado pidiendo toda su vida. Y hay miles de mujeres como ella en los Estados Unidos. Provocando y molestando, jodiendo e irritando a sus maridos y sin jamás recibir su paliza. No veo por qué tienen que ser como las putas de París, que para respetar a su hombre tienen que recibir una paliza. Un refrán polaco: "Mi marido ya no se interesa por mí, ya no me pega".

En cierta oportunidad ocurrió algo que realmente me asustó. Muchos pacientes "retrofectan" su agresión y se la dirigen a sí mismos, por ejemplo, ahorcándose. Yo les permitía que en lugar de esto me ahorcaran a mí. Hasta que un día una chica casi lo logró en serio. No me había dado cuenta de su personalidad esquizoide. Yo ya había comenzado a perder el conocimiento cuando en el último instante metí mis brazos entre los su-

yos y me desprendí. Desde aquella vez yo doy cínicamente mi *brazo* para que lo ahorquen. Esto también suele ser doloroso. Hay un buen número de estranguladores en este mundo. Al trabajar con pacientes que tienen una buena imaginación, un cojín basta para esto.

Tengo poca tendencia a ponerme violento a menos que haya una provocación adecuada. Puede que me enoje y ya en dos oportunidades he tenido que recurrir a la fuerza física para echar a personas de un seminario por ser descontroladamente destructivos y rehusar abandonar la sala. Golpeo fuerte de vuelta si se me ataca. En unas pocas oportunidades he sido violento por celos, pero por lo general prefiero autotorturarme haciéndole a mi querida, preguntas y súplicas incansables para conseguir confesiones detalladas.

En cuanto a los juegos sexuales, ya sea en los baños o en cualquier otro lugar, la reticencia no me es aplicable. Freud me hubiera llamado un perverso polimorfo. Incluso aprendí a gustar de besos íntimos de algunos amigos varones. Me gustaba fornicar durante horas y horas, pero ahora a mi edad, me gusta que me inciten sin tener que entregar los bienes. Me gusta mi reputación de ser un viejo licencioso y también como "guru". Desgraciadamente la primera va decayendo mientras que la segunda va en aumento.

En una fiesta que tuvimos en la "casa grande" de Esalen, había una muchacha hermosísima tendida seductoramente sobre un diván. Me senté cerca de ella y le dije algo así: "Cuidado conmigo que soy un viejo licencioso". "Y yo", respondió ella, "soy una chica licenciosa". Después de esto tuvimos un corto y agradable affaire.

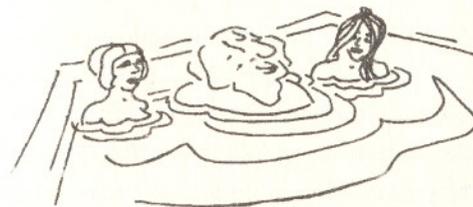
Me siento bastante bien acerca de este manuscrito. Nunca esperé que fuera tan fácil. Estoy pensando en la posibilidad de escribir una obra de teatro, aunque aún no me la imagino. Aún todo es muy vago. Y como buen actor y productor de primera categoría, lo haría todo solo, sería una producción "Fritz". Porque en este momento hay varias personas metiéndose

dose en este libro. Cateando mis depravaciones, despreciándome por mi falta de control, choqueados por mi lenguaje, admirándome por mi coraje, confundidos por la multitud de rasgos contradictorios, desesperados porque no me pueden clasificar. Tengo la tentación de comenzar a dialogar, pero...

La ventana está abierta de par en par. El murmullo débilmente amenazador de la rompiente. Viento suave que levanta papeles en el escritorio, demasiado débil para hacerlos volar. Como mi barba suave acariciando la cara y los pechos de una doncella y haciéndolos temblar con silencioso deleite, haciendo que sus pezones se agranden en orgullosa erección, esperando pacientemente ser suavemente mordidos.

Mis manos son cálidas y firmes. Las manos de un viejo licencioso son frías y húmedas. Tengo afecto y amor, demasiado tal vez. Y si al darle afecto a una chica en pena o dolor, los sollozos se desvanecen y se cobija más cerca y las caricias pierden su ritmo y se deslizan sobre sus caderas y sus pechos... ¿Dónde es que termina la pena y un perfume comienza a convertir tu nariz de un romadizo a un oler?

Esos encuentros y descubrimientos son como las temperaturas en Big Sur. Ciertamente, no hay congelamiento ni sobrecalentamiento. Pero entremedio tampoco está la indolencia de la igualdad todo el tiempo, como en una isla tropical. El sol quema el techo hasta el punto de sofocarse. Yo no tengo extremos en mi modo de relacionarme. No soy asesino y tampoco me entrego a la situación del matrimonio único. Tengo relaciones flotantes que van desde los besos demasiado frecuentes hasta lealtades de larga duración.



El primer beso es un Test de Rorschach
 Se toca la boca y labios de una extraña
 Se encuentran labios apretados "no me importa"
 O voracidad que nos succiona
 Indiferencia que nos ensaya
 Un picotón que nos despide
 Suave amonestación: atiende al dolor
 Una mutilación crujiente les toma el aliento
 Un lengüeteo acariciador que implica sexo
 Una boca que huele a mierda estomacal
 Una sequedad como la frigidez
 O apretada como el brazo de un luchador
 Una blandura como esponja de goma
 Unos pocos que son realización
 Un esperar, un prometer
 A derretirse juntos.
 Acaben con el ambiente
 En desmayante aislamiento
 Cada beso, digo, es diferente
 Si descubren sutilezas
 Con compromiso pleno y vivo
Die Engel die nennen es Himmelsfreud
Die Teufel die nennen es Halleinleid
Die Menschen die nennen es Liebe (Heinrich Heine).
 (Los ángeles les llaman Goce del Cielo
 Los demonios Tortura Infernal
 El hombre le llama Amor).

Esalen comenzó como una hostería cuya atracción especial eran los baños termales. Cuando recién vine a Esalen, aún era una hostería pública en que se efectuaban una serie de seminarios y conferencias.

El bar y el restaurant también estaban abiertos al público. Los hoteleros eran Mike Murphy y Dick Price. En la actualidad somos un instituto

privado con los directores Mike Murphy y Dick Price. Los embaucadores y los traficantes de drogas son despedidos rápidamente. Durante un tiempo, hace más o menos un año, aquí era bastante fácil y natural conseguir LSD y marihuana, hasta que Mike tomó una posición al respecto. Ahora estamos orgullosos de poder incitar a la gente sin drogas. Se dice de nosotros que podemos producir curas instantáneas, goce instantáneo y alerta sensorial instantánea.

¿Cómo diablos nos metimos en todo esto? Claro, desde un comienzo había una añoranza por la salvación y la redención. Lo místico, lo esotérico, lo sobrenatural, la percepción extrasensorial parecen ir bien con el espíritu del lugar. La meditación yoga como medio de llegar a un nivel más alto de existencia parece estar a tono con el desgano de la existencia urbana. El alma, antes descartada, está haciendo ahora su entrada comercial.

Lo hermoso de esto era que estas personas en un comienzo hacían un intento serio de llegar al nivel no verbal de su existencia, pero sin darse cuenta que al igual que el análisis, la meditación es una trampa. Del mismo modo que el psicoanálisis, la meditación crea un desequilibrio, aunque en el otro extremo de la balanza.

Ambos desbalances podrían compararse al proceso de la defecación. La constipación y la diarrea son dos tipos diferentes de descarga, ambos interfiriendo con la función óptima, (+) versus (-). En psiquiatría encontramos los opuestos en el estupor catatónico (-excitación) y la esquizofrenia (+excitación).

La meditación, que considero algo así como *ni cagar ni bajarse de la bacinilla*, es una estupenda escuela para la catatonía. Mientras que la técnica psicoanalítica de la fuga de ideas promueve el pensar esquizofrénico.

Yo he experimentado ambos, el silencioso estar sentado en un Zendo y la producción verbal en el diván. Ahora ambos descansan bajo sus respectivas lápidas en mi tarro de la basura.

Detesto usar y reconocer la palabra "normal" para denominar el punto de creatividad indiferente. Se usa con demasiada frecuencia para denominar el promedio y no para el punto de función óptima.

Detesto usar y reconocer la palabra "perfecto" para el punto de vista indiferente. Me huele a hazaña y alabanza.

Me encanta usar y reconocer la palabra *centro*. Es la fama del blanco. Un blanco que le pega a la flecha todas las veces.

Me encantan todos los encuentros imperfectos entre blanco y flecha que yerran la fama hacia la derecha y la izquierda, arriba y abajo. Me encantan todos los intentos que fracasan de mil maneras. Hay sólo una fama en el blanco y buenas intenciones las hay por miles.

Amigo, no seas perfeccionista. El perfeccionismo es una maldición y un esfuerzo. Por qué tiembles al errar la fama. Eres perfecto si te dejas estar y ser.

Amigo, no temas equivocarte. Los errores no son pecado. Las equivocaciones son maneras de hacer algo de un modo diferente, tal vez en forma novedosamente creativa.

Amigo, no le tengas temor a tus equivocaciones.

Amigo, no te arrepientas de tus equivocaciones. Ponte orgulloso de ellas. Tuviste el coraje de dar algo de ti.

Toma años el llegar a centrarse; demora más que años el entender lo que es el estar *ahora*.

Hasta entonces, ten cuidado con ambos extremos, tanto del perfeccionismo como de la cura instantánea, goce instantáneo, alerta sensorial instantánea.

Hasta entonces, ten cuidado de cualquier "ayudador". Los ayudadores son maleantes que prometen algo por nada. Te miman y te mantienen dependiente e inmaduro.

Se siente bien jugar al profesor y gozar de un estilo pomposo, a lo Nietzsche. ¿Cómo es que el blanco de Esalen golpeó a mi flecha, apuntando hacia allá incluso años antes de saber de la existencia del blanco?



En 1960 tenía mi consulta en Los Angeles. Aún me estaba arreglando de los desastres ocasionados por dos operaciones en Miami, aun desprendiéndome de Marty y volando frecuentemente con LSD. A pesar del apoyo que me daba Jim Simkin no podía tener éxito en la profesión ni librarme de una sensación de estar condenado a ella por toda la vida. Ni siquiera estaba deprimido. Estaba hasta la coronilla con todo el negocio de la psiquiatría. No sabía lo que quería. ¿Jubilarme? ¿Vacaciones? ¿Cambio de profesión?

Decidí hacer un viaje de Los Angeles a Nueva York, pero en el otro sentido, un viaje alrededor del mundo y por mar.

Siempre me gustó viajar en vapor, al igual que me disgustaba viajar en apretujados aviones de transportes. Con excepción de una vez, en la cúspide de nuestro amor, en que Marty y yo viajamos a Europa en avión. Esa vez estar sentados juntos se sentía realmente bien.

Por lo general, me veo acosado por desconocidos que me molestan con preguntas y su necesidad de atención. Es entonces que espero en mi jaula de aire y bendigo una siestecita ocasional.

Me encanta volar tanto como me disgusta que me hagan volar. A diferencia de conducir: me gusta tanto ser conducido como me disgusta conducir yo mismo.

Ese viaje en vapor desde Los Angeles a Nueva York demoró quince meses.

Primera parada Honolulu, Hawai. Esto fue como un *déjà vu* de Miami. Antes de entrar en la bahía tuve tal vez la experiencia visual más impresionante de mi vida.

Cuando se llega por avión a Los Ángeles de noche se ve algo como un enorme árbol de navidad. El brillo y el titilar de las luces lo hace a uno olvidar su neón artificial y la horrible nube de smog que le da la bienvenida a la ciudad de los cien villorrios.

Multipliquen el brillo multicolor por muchas veces y además dense una ducha en él. Esto me ocurrió justo antes de llegar a Hawai.

Me encanta el fulgor plateado del firmamento. Ahora se veía intensificado por el limpio aire oceánico y además tenía curiosidad de ver si aún lo podía disfrutar más. Me tomé una pequeña dosis de LSD y entonces ocurrió.

Indescriptible es decir poco. No había distancias, no había dimensiones. Cada estrella estaba o más cercana o más lejos, cada una jugaba una danza de color como el planeta Venus antes de sumergirse en el océano. El universo, el vacío de todos los vacíos, estaba por una vez completamente lleno. ¡Fantástico!

Luego Japón: Tokio y Kyoto. Imposible describir el contraste entre estas dos ciudades, separadas tan sólo por una noche en tren rápido. En Tokio, la gente insensible, sin percatarse el uno del otro, apretujados de tal modo que incluso las sardinas en su envase tienen más *Lebensraum**. Al menos éstas no se lastiman. Sin embargo, tuve una experiencia cumbre: los ojos llenos de amor de una mujer, encucillada en la acera lustrando mis zapatos. Boté a la acera la colilla de mi cigarrillo. La recogió con voracidad. Luego le di mi cajetilla aún llena hasta la mitad. Dio vuelta su cara hacia mí. Ojos oscuros que se derretían y mostraban un amor que hicie-

* Espacio vital.

ron que mis rodillas se doblaran. Aún recuerdo esos ojos. Amor imposible hecho posible.

Sólo una vez antes vi tanto amor en los ojos de una persona. Lotte Cielinsky, mi primer amor. Tenía que representar a un noble francés en una comedia. Vino a mi camarín y cuando me vio en mi disfraz y maquillado, su cara se transformó como si el santo cielo se hubiera abierto ante ella. Fue hermoso, de lo más hermoso.

Un médico japonés ha inventado un método para tratar la neurosis. Tres días en cama. Al paciente sólo se le permite levantarse para ir al baño. ¡Ensayemos esto! Usémoslo como interludio para encender un cigarrillo. Médico joven, no habla inglés. Su ayudante hace todos los preparativos. Yo pido un intérprete. Sí, pero tengo que pagar adicional.

Una buena pieza individual. Tal vez el primer europeo que jamás ha pisado ese lugar. Los demás pacientes me observan como a un animal raro. La esposa del doctor trae la comida, y la sirve en sus rodillas. Me toca ir a la sala del doctor al segundo día de mi estadía. El doctor se sienta rígidamente en una postura asombrosa, como si me hubiera estado esperando todo el día. No conozco las costumbres. La chica que sirve de intérprete sabe muy poco inglés.

Lo soporto por dos días, luego tengo una pataleta y salgo a comprar cigarrillos. Me dan la cuenta. Dos horas de intérprete valen tres veces lo que valen los tres días en el sanatorio. No me siento "curado".

Un psicólogo japonés a quien conocí en los Estados Unidos me sugirió un maestro Zen, Roshi Ihiguru. Zen instantáneo. Satori en una semana. En serio. M., otro psicólogo y yo somos sus primeros pupilos americanos. Nosotros, más otros diez jóvenes japoneses, formamos la clase. Este es un gran acontecimiento. Se invita a la prensa y a los fotógrafos. Aún conservo los recortes de los diarios.

Tenemos una pieza grande para nuestro uso exclusivo. Tenemos que desenrollar nuestras colchonetas durante la noche, porque durante el día el maestro sostiene unas pequeñas audiencias de unos minutos de duración con cada pupilo. Durante esta audiencia debo tenderme cuan largo

soy ante él en una posición postrada. Hace algunas preguntas y luego me larga por el día. Es un hombre pequeño y pomposo con voz chillona que toma su trabajo muy en serio.

Nos levantamos a las cinco de la mañana y debemos "sentarnos" en la famosa posición de la flor de loto con sus famosas distorsiones de las piernas, durante casi todo el día. Al poco tiempo a nosotros los foráneos, se nos permitió usar sillas. Al cabo de dos días el maestro nos presentó su especialidad. "Exhalen haciendo sonido de ladrido. Hagan esto durante un tiempo". Yo me preguntaba: ¿cuál es la diferencia entre "hágalo durante unos minutos" y "hágalo durante horas?"

La comida, increíblemente buena. La mujer del maestro se esmera en suplementar los platos japoneses por algunos platos occidentales. Al final de cada merienda vertimos té en la taza y con una rebanada de alguna verdura recogimos el último grano de arroz.

Creo que la raza japonesa se ha adaptado a la escasez de alimentos haciéndose más pequeña y por ende logrando vivir cómodamente con una dieta de pocas calorías. Cada vez que caminaba en una turba me sentía como un gigante entre enanos y eso que yo mido sólo 1,75 metros.

En todo caso no me moría de hambre, aunque a veces me escapaba para fumar y comprar chocolate.

No creo que nadie recibió la "iluminación" ni llegó al *satori*, pero la experiencia fue interesante. Cuando llegó el momento de pagar tuve un shock. El precio era de diez dólares y esto incluía alojamiento, comida y tuición por una semana entera. Cuando se me anunció esto, no lo pude aceptar y le di treinta dólares, los que fueron graciosamente aceptados. Luego me hizo un cuadro al óleo en el cual como "extra" su mujer pintó unas flores dulzonas.

Hice eso sí una gran metida de pata. En la tercera mañana se me anunció que el agua para el baño estaba lista. Había un barril lleno de agua humeante de más o menos 60 cms. de ancho por un metro de profundidad. No sabía bien cómo meterme adentro, pero con dificultad logré introducirme en el barril y me jaboné entero. Usé un gran cucharón que

estaba colgado cerca del barril para lavarme la cabeza. Era bastante incómodo pero en todo caso era mejor que nada.



Entonces me percaté de mi crimen. El agua había que calentarla con gran esfuerzo y era propiedad común. El cucharón servía para que cada uno sacara agua del barril a medida que la necesitaba para su aseo. Había arruinado el "baño" para el curso entero.

Mi apología tardía. Estamos demasiado mimados y damos por sentado lo que para otras personas es un lujo y significa un gran esfuerzo.

Conozco la experiencia del *satori*, a pesar de no haber llegado a la iluminación total, en caso de que tal cosa realmente exista. Mal que mal, *Siddharta* es el producto de la fantasía sincera de Hermann Hesse.

Una de las experiencias más sorprendentes y a la vez espontáneas de *satori* me ocurrió hace doce años en Miami.

Iba caminando por Alton Road cuando sentí que me sobrevénia una transformación. En ese tiempo no sabía nada de drogas psicodélicas, ni jamás había tomado una. Sentí que mi lado derecho se acalambra y llegaba casi a paralizarse. Empecé a cojear, la cara se me puso flácida, me sentía como el idiota del pueblo, mi intelecto se adormeció y finalmente dejó de funcionar por entero. Como un relámpago el mundo cobró existencia en tres dimensiones, lleno de colores y vida—claramente sin despersonalización— una especie de claridad sin vida pero con un sentimiento pleno de "esto sí que sí, esto es de verdad". Fue un despertar completo, un despertar a

mis sentidos o que mis sentidos despertaban en mí, o mis sentidos cobrando sentido.

Desde luego que yo conocía (mediante mis sueños y leyendo a Korzybski), la existencia de un nivel no verbal de existencia, pero lo había considerado más bien como un substrato del ser antes que una verdadera forma del ser y tal vez, la forma más verdadera del ser.

A diferencia de lo que me ocurrió en Tokio, me enamoré de Kyoto. Me enamoré tanto que consideré seriamente establecerme ahí. Gente suave que se estima entre sí, mirando abiertamente y con respeto. En cierta ocasión, olvidé el matutino en un café, puesto que ya lo había leído. La dueña corrió dos cuadras detrás mío para entregármelo. Hasta los choferes de taxi son honestos.

Me quedaba sentado durante horas en el jardín de mi hotel contemplando cómo los patos cuidaban a las carpas imprudentes y a los cisnes arrogantes que apenas si movían sus largos cuellos ante tales acontecimientos.

Plenitud de armonía y serenidad, y no únicamente el castillo y el templo de oro. Algunas veces encontraba esto incluso en el burlesque del centro de la ciudad. Un número que, en cualquier escenario occidental hubiera sido obsceno, se convertía en algo artístico. La actriz representaba a una viuda masturbándose al frente del relicario en que se guardaban las cenizas de su marido. Hacía esto con tal devoción y belleza de movimiento que transmitía un mensaje de amor que mantenía al auditorio en completo silencio, incluso sin aplausos.

Y así llegamos al Zen. Creo que el lugar se llamaba templo Daitokuji, uno entre los cien templos que se encuentran al norte de Kyoto. Su dueña, una norteamericana, cuidaba y presidía, sobre el templo de su marido, su biblioteca y sus largos escritos. En cierta oportunidad, habiendo llegado una horda de visitantes, ella vistió su impresionante disfraz. Era toda una alta sacerdotisa del Zen.

Los pupilos eran un abigarrado grupo internacional. Algunos de ellos llevaban una vida sencilla presumiendo ser monjes Zen. Me gustaban muchísimo y me impresionaba su búsqueda por la redención. Al comienzo nos encontrábamos a menudo en las tardes antes de "sentarse". Al comienzo la señora Sasaki hablaba acerca de la respiración y otros temas relacionados al Zen, pero ocurrió que al cabo de cuatro semanas ella y sus pupilos se interesaron más y más en la terapia gestáltica. Yo daba a conocer lo menos posible. Quería conocer la posición de ellos y los resultados de su trabajo.

El Roshi era un joven monje Zen de quien me hice muy amigo. Antes de irme de Kyoto lo invité a él, junto al resto del grupo, a una comida china muy elaborada (y debo admitir, deliciosa) que constaba de doce platos. Supe que tenía arduos deseos de tener un reloj pulsera. Al cabo de dos días descubrí que no usaba el reloj que yo le regalara. No lo entendía porque era un reloj de buena calidad. Entonces descubrí que lo había colocado en su relicario, su lugar de devoción, junto con la mayoría de sus objetos más preciados.

El Zen me había atraído como la posibilidad de una religión sin un dios. Estaba sorprendido de ver que antes de cada sesión debíamos invocar e inclinarnos ante una estatua de Buda. Fuera o no un mero simbolismo, para mí era nuevamente una reificación que llevaba a una deificación.

"Sentarse" no me resultaba como un gran esfuerzo, ya que interrumpíamos las sesiones de dos o tres horas para caminar un poco. Debíamos respirar de un cierto modo y mantener nuestra atención en la respiración a manera de minimizar la intromisión de los pensamientos mientras que el maestro se pavoneaba por las hileras ocasionalmente corrigiéndonos la postura. Cada vez que se acercaba a mí me angustiaba. Esto, desde luego, echaba por tierra mi respiración. Me golpeó solamente unas pocas veces. Le gustaba hacer alarde de sus formidables músculos abdominales. Me daba la impresión que le importaba mucho más sus músculos que su "iluminación".

Estuve ahí dos meses. No hubo tiempo para adentrarme bien en el juego del *koan*. Me dio únicamente un *koan* simple e infantil: "¿De qué

color es el viento?" y estuvo satisfecho cuando por respuesta le soplé en la cara.

Nuevamente estoy atascado. Revisé los últimos dos párrafos y los hallé revueltos y ásperos. ¿Qué irá a hacer el editor? Por lo visto este manuscrito quiere llegar a ser un libro. Eso falsea mi intención original de querer escribir tan sólo para mí, de ordenarme, de investigar mi hábito de fumar y los demás síntomas que aún perduran. También falsea mi honestidad. Ya que no tan sólo me he pillado en el pecado de la omisión, sino que he comenzado a titubear de traer acá a gente de verdad. Temor a que se me haga una demanda judicial y cosas por el estilo. Bueno, "qué será será", como dice Doris Day en aquella canción, lo que será, será.

Hasta acá, este escribir me ha ayudado mucho. Mi aburrimiento inicial se ha convertido en estímulo. Estoy escribiendo entre tres y seis páginas al día, entremedio de los seminarios o en la noche. Me estoy poniendo mezquino con mi tiempo, y a menudo prefiero quedarme solo, escribiendo antes que bajar a la posada. Me gusta mostrarles partes del manuscrito a mis amigos y todas las veces quedo encantado con la acogida. Cuando viene Teddy, mi secretaria, lo primero que tiene que hacer antes que ordenar y contestar cartas, es leer lo que he escrito la noche anterior y darme su opinión.

Mediante la movilización de la excitación proveniente de escribir es que me siento mejor en todo. Cada vez estoy recibiendo y dando más amor. El viejo lascivo se limpia un poco. Pero, ¿qué puedo hacer si todos los días hay más y más jovencitas hermosas y otras no tan jovencitas e incluso hombres que me abrazan y me besan?

Tanto mi serenidad, como mi humor y mi destreza terapéutica van en aumento. Curiosamente, en los últimos años, siento que ya no estoy condenado a vivir, sino que estoy bendito con vida.

Estoy atascado porque no sé si debiera escribir ahora acerca de mi querido amigo Paul Weiss, que en paz descansa, y que fue parte integral de mi interés creciente en el Zen, o si debiera continuar con mi viaje alrededor del mundo. Me doy cuenta que a medida que hablo de Paul mi letra se hace cada vez más pequeña. Frecuentemente, me sentía empujado ante su presencia.

Paul, si pudiera hacer algo más que únicamente sacarte de mi tarro de la basura. Si pudiera traerte de vuelta a la vida. Eras sólido, verdadero, sabio y cruel a veces. Más que nada, exigentemente cruel contigo mismo. Disciplinándote con sentirte Zen y exigiéndote pensar más claro y honesto. Jamás permitiéndote concesiones en las cosas esenciales.

Fuiste de las pocas personas en mi vida a quien yo escuché. Aun cuando lo que decías parecía absurdo en el momento, siempre me metía tus afirmaciones en la barriga y las dejaba madurar un tiempo. Casi siempre daban fruto.

Sus observaciones no siempre eran críticas. En cierta oportunidad me dio mucho apoyo. Estaba tratando de entender a Heidegger, cuando Paul exclamó: "¿Para qué quieres a Heidegger? Tú ya lo has dicho mucho mejor y más sucintamente".

El matrimonio de Paul y Lotte era de lo más asombroso. El era un asesino y ella era indestructible. Lotte hacía las preguntas más irritantes, pero con la mejor de las sonrisas, (Lotte es suave y gentil y además es una excelente cocinera vienesa) y él la trataba con violencia y amor.

Conocí a Lotte luego de un trabajo que leí en la Society for the Advancement of Psychotherapy: "La Teoría y Técnica de la Integración de la Personalidad", (The Theory and Technique of Personality Integration). Ella, entonces, se vino a trabajar conmigo. Nos hicimos y aún somos muy buenos amigos.

Paul que trabajaba en investigación sobre el cáncer, padecía de una neurosis obsesiva bastante severa. Trabajaba bastante con Lore y se convirtió en un terapeuta muy bueno y eficaz, particularmente en casos límite. Además de interesarse en la terapia gestáltica, se interesó muchísimo.

color es el viento?" y estuvo satisfecho cuando por respuesta le soplé en la cara.

Nuevamente estoy atascado. Revisé los últimos dos párrafos y los hallé revueltos y ásperos. ¿Qué irá a hacer el editor? Por lo visto este manuscrito quiere llegar a ser un libro. Eso falsea mi intención original de querer escribir tan sólo para mí, de ordenarme, de investigar mi hábito de fumar y los demás síntomas que aún perduran. También falsea mi honestidad. Ya que no tan sólo me he pillado en el pecado de la omisión, sino que he comenzado a titubear de traer acá a gente de verdad. Temor a que se me haga una demanda judicial y cosas por el estilo. Bueno, "qué será será", como dice Doris Day en aquella canción, lo que será, será.

Hasta acá, este escribir me ha ayudado mucho. Mi aburrimiento inicial se ha convertido en estímulo. Estoy escribiendo entre tres y seis páginas al día, entremedio de los seminarios o en la noche. Me estoy poniendo mezquino con mi tiempo, y a menudo prefiero quedarme solo, escribiendo antes que bajar a la posada. Me gusta mostrarles partes del manuscrito a mis amigos y todas las veces quedo encantado con la acogida. Cuando viene Teddy, mi secretaria, lo primero que tiene que hacer antes que ordenar y contestar cartas, es leer lo que he escrito la noche anterior y darme su opinión.

Mediante la movilización de la excitación proveniente de escribir es que me siento mejor en todo. Cada vez estoy recibiendo y dando más amor. El viejo lascivo se limpia un poco. Pero, ¿qué puedo hacer si todos los días hay más y más jovencitas hermosas y otras no tan jovencitas e incluso hombres que me abrazan y me besan?

Tanto mi serenidad, como mi humor y mi destreza terapéutica van en aumento. Curiosamente, en los últimos años, siento que ya no estoy condenado a vivir, sino que estoy bendito con vida.

Estoy atascado porque no sé si debiera escribir ahora acerca de mi querido amigo Paul Weiss, que en paz descansa, y que fue parte integral de mi interés creciente en el Zen, o si debiera continuar con mi viaje alrededor del mundo. Me doy cuenta que a medida que hablo de Paul mi letra se hace cada vez más pequeña. Frecuentemente, me sentía empequeñecido ante su presencia.

Paul, si pudiera hacer algo más que únicamente sacarte de mi tarro de la basura. Si pudiera traerte de vuelta a la vida. Eras sólido, verdadero, sabio y cruel a veces. Más que nada, exigentemente cruel contigo mismo. Disciplinándote con sentirte Zen y exigiéndote pensar más claro y honesto. Jamás permitiéndote concesiones en las cosas esenciales.

Fuiste de las pocas personas en mi vida a quien yo escuché. Aun cuando lo que decías parecía absurdo en el momento, siempre me metía tus afirmaciones en la barriga y las dejaba madurar un tiempo. Casi siempre daban fruto.

Sus observaciones no siempre eran críticas. En cierta oportunidad me dio mucho apoyo. Estaba tratando de entender a Heidegger, cuando Paul exclamó: "¿Para qué quieres a Heidegger? Tú ya lo has dicho mucho mejor y más sucintamente".

El matrimonio de Paul y Lotte era de lo más asombroso. El era un asesino y ella era indestructible. Lotte hacía las preguntas más irritantes, pero con la mejor de las sonrisas, (Lotte es suave y gentil y además es una excelente cocinera vienesa) y él la trataba con violencia y amor.

Conocí a Lotte luego de un trabajo que leí en la Society for the Advancement of Psychotherapy: "La Teoría y Técnica de la Integración de la Personalidad", (The Theory and Technique of Personality Integration). Ella, entonces, se vino a trabajar conmigo. Nos hicimos y aún somos muy buenos amigos.

Paul que trabajaba en investigación sobre el cáncer, padecía de una neurosis obsesiva bastante severa. Trabajaba bastante con Lore y se convirtió en un terapeuta muy bueno y eficaz, particularmente en casos límite. Además de interesarse en la terapia gestáltica, se interesó muchí-

simo en el Zen, hizo varios viajes al Japón e invitó a algunos monjes Zen a que visitaran este país. Lotte rezongaba por la invasión de su casa.

Desde entonces me interesé más y más en el Zen, su sabiduría, su potencial, y su actitud no moralista. Paul intentó integrar la gestalt con el Zen. Mi búsqueda acentuó más aún la creación de un método viable de hacer alcanzable este tipo de autotranscendencia humana al hombre occidental. En esto fui alentado por Aldous Huxley, quien dijo de mi libro *Gestalt Therapy*: "El único libro psicoterapéutico que vale la pena leer".

Mi visita a Japón fue un fracaso, al menos en lo que se refiere a cualquier logro en materia Zen. Hizo reforzar mi opinión de que algo tiene que andar mal tanto con el Zen, como con el psicoanálisis si demora años y años el llegar a ninguna parte. Lo más halagador que puede decirse es que el psicoanálisis engendra psicoanalistas y el Zen engendra monjes Zen. Hay que recalcar eso sí, lo valioso que hay en ambos métodos: el engrandecimiento de la capacidad de darse cuenta y la liberación del potencial humano. Sin embargo, hay que negar su eficiencia. No pueden ser eficientes porque no se basan en las polaridades del contacto y del retiro¹³, que es precisamente el ritmo de la vida.

Anoche no sentía deseos de escribir. Había entregado ya las primeras páginas de esta sección a Kay para que las pasara a máquina. Después de eso sentí un gran vacío, nada por donde guiarme, nada con qué llenar el vacío de la nada.

Mil flores de plástico

No hacen de un desierto un jardín

13. Una parte importante del existencialismo gestáltico es la aceptación de la naturaleza dialéctica de los procesos y, en particular, de los procesos psíquicos. No hay noche sin día, ni tampoco puede haber contacto verdadero si no está también la posibilidad de retraerse. Toda situación que se queda estática en un extremo, o que sólo admite uno de los polos, salió condenada al fracaso, porque viola este aspecto de los procesos vivos. (N. del T.).

Mil caras vacías

No llenan una sala vacía.

Luego, comencé nuevamente a buscar a tientes. Estuve buscando en distintas direcciones. Más que recuerdos y experiencias, quiero rescatar mi filosofía de la Gestalt. Quiero poder llegar a todos en un lenguaje fácil y comprensible. Quiero llegar con una teoría viviente que sea exacta sin ser rigurosa. Quiero, quiero, quiero, Yo, Yo, Yo, Yo.

¿Qué es "yo"? ¿Una composición de introyectos (como lo sugirió Freud)? ¿Una cosa que los neurólogos pueden localizar en el cerebro? ¿El organizador de nuestras acciones? ¿El capitán de mi alma? Nada de eso. Un niño pequeño aún no tiene un "yo". Habla de sí mismo en tercera persona. Los esquimales usan el singular de la tercera persona en vez de "yo". Algunas tribus de los mares del Sur dicen "aquí" en lugar de "yo".

Hemos visto que la gestalt biológica, que emerge como organizador transiente, es quien toma el control del organismo entero. Cada órgano, los sentidos, los movimientos, los pensamientos, se subordinan a esta necesidad surgiente y cambian su lealtad y función tan pronto como aquella necesidad se satisface para luego retraerse al fondo. Tan pronto como surge la próxima necesidad, todas las partes se ponen a su disposición y en una persona entera pondrán todo su empeño en la conclusión de esa Gestalt. Todas las partes del organismo se *identifican* temporalmente con la Gestalt surgiente.

Un proceso similar ocurre a nivel social. En una emergencia (una inundación, un terremoto, la celebración de una victoria) ocurrirá que muchas personas se identificarán con el evento y *participarán*, tomarán parte y se unirán a los otros para entenderlo y contribuir.

El "yo" es la vivencia de la figura que está en primer plano. Es la suma de todas las necesidades emergentes, la oficina de clasificación para su satisfacción. Es el factor de constancia dentro de la relatividad de las exigencias internas y externas. Es el agente de responsabilidad para cualquier cosa con que se identifica: *Responsable*, capaz de responder a la situación,

o no “responsable”, en el sentido moralístico de asumir las obligaciones dictadas por el deber.

En el ejemplo del desbalance de agua, las dos afirmaciones “tengo sed” y “no tengo sed” no son contradicciones lógicas, sino que identificaciones con diferentes estados de deshidratación o con la ausencia de deshidratación.

Muy bien, hasta aquí vamos bien. Reconocemos que el “yo” no es una cosa estática, sino que, más bien, un símbolo de identificación. Sin embargo, al fin estamos sumidos en las tinieblas. Al hablar Freud de introyección total, también se refería al proceso de la identificación. Si una chica ha introyectado a su madre, como decía él, se identifica de tal modo con su madre, que llega a comportarse “como si” fuera su madre.

Más aún, el término “identificación” es un término descriptivo y dice poco acerca de lo que verdaderamente está ocurriendo.

Finalmente, requiere de mayor clarificación: hay que distinguir entre “identificación con”, “identificación como”, y “ser identificado con”.

Al parecer, dentro de poco estaremos jugando algunos juegos semánticos de calzar. Uno de los objetivos de mi filosofía es que sea cohesiva, es decir, sea aplicable a *todos* los eventos que ocurren, incluyendo tanto al mundo inorgánico, como al orgánico. Mientras más comprensivo sea el apoyo intelectual, menor será el tambaleo que encontrará en los niveles superiores, es decir, en los niveles superpuestos.

Desde mi encuentro con Friedlander he aprendido el arte de encontrar los polos opuestos. El opuesto de “identificarse con” es la alienación. La autoalienación se ha convertido en un término importante en la psiquiatría existencial.

El “identificarse como” tiene un opuesto: la confluencia; la distinción, “el ser algo distinto de” versus formar parte de un fondo indiferenciado.

Desde 1940 estoy usando el término confluencia. Creo que aún no ha encontrado su cabida en la psiquiatría. Si bien como palabra es fácil de comprender, como término no es fácil. Es una de las categorías de la *nada*.

Estoy fumando, estoy haciendo una argolla de humo. Puedo identificar esto como un anillo de humo. Un viento muy suave lo empieza a deformar. Flota hacia arriba, distorsionando su forma, agrandándolo, desvaneciéndolo. Aún está ahí vagamente. Pierde sus límites. Está desapareciendo. Tengo que hacer un esfuerzo para percatarme que aún existe. Ahora ya no está. ¿No está? Sí, ahí está en *confluencia* con el aire y ya no es identificable. Tendríamos que tomar muestras y analizar el aire de la pieza para detectarlo, aunque su gestalt, lo que lo define, ya no está presente.

Salgo de la pieza. Al volver puedo oler el aire con humo de tabaco. Hice *contacto*. Ahora me doy cuenta del aire con humo.

En la *confluencia*, el “darse cuenta” se reduce a nada. En el contacto el darse cuenta es intenso. Antes de entrar nuevamente en la pieza no me daba cuenta del aire con humo. Estaba *aislado*, *separado* de él. Este fenómeno es el mejor conocido y estudiado de la psiquiatría moderna: suele llamarse represión, bloqueo, inhibición, compartimentalización, escotoma, punto ciego, amnesia, pared, censor, cubierta de plástico, etc. La recuperación del tesoro escondido detrás de todo esto, es el objetivo primordial de la técnica psicoanalítica.

Tan pronto como retiro la instancia separadora, estoy en contacto con el fenómeno encubierto. Estoy en contacto.

Tengo que tener mucho cuidado para seguir siendo consistente, paso a paso. No es de extrañar, entonces, que ahora el escribir no está fluyendo libremente. Tampoco espero que la lectura sea fácil. Solía decir que mi testamento intelectual serían las películas que estoy filmando, pero ahora me está ocurriendo que este libro se está colocando en primer plano mientras que la filmación está perdiendo mucho de su interés. El taller de cuatro semanas de duración que estoy dirigiendo termina mañana y pareciera como

que tenemos mucho material interesante fotografiado con que poder mostrar adecuadamente lo que es la terapia gestáltica, pero la conmoción y el compromiso total que sentí cuando recién empecé con las cintas de video y las películas ha disminuido. Tenemos por lo menos dos películas sobre la confluencia, muchas sobre funciones de contacto y su recuperación (*recovery*) y también algunas sobre descubrir (*uncovering* = quitar la cubierta).

Aquí el punto cero es el descubrir (*discover*). Todos los descubrimientos se acompañan por una experiencia de ¡ajá! un shock agradable o desagradable de diferente intensidad según el caso. Yo sostengo que aprender es descubrir (*uncovering*) algo «nuevo», darse cuenta que algo es posible. La remoción de un bloqueo es recuperar algo “viejo”, algo que nos pertenece, algo que habíamos alienado, negado y que nos pertenece.

Mientras que la mayoría de las terapias actualmente en boga se satisfacen con la recuperación como antídoto al empobrecimiento producido por las represiones, etc., la terapia gestáltica tiene más interés en el descubrir el potencial latente en el individuo.

Y, más aún, puedo agregar que, a pesar de su utilidad, la totalidad de la teoría de las represiones y su terapia deben ser reexaminadas.

Perro de arriba: Detente Fritz, ¿qué es lo que estás haciendo?

Perro de abajo: ¿Qué me quieres decir?

Perro de arriba: Sabes muy bien lo que te quiero decir. Te vas de una cosa a la otra. Empiezas a decir algo como identificación, luego mencionas la confluencia. Ahora veo que estás preparándote para lanzarte en una discusión sobre la represión.

Perro de abajo: Aún no veo tu objeción.

Perro de arriba: ¿No ves acaso mi objeción? Hombre por Dios, si sigues así, ¿quién diantres va a poder lograr una visión clara de tu terapia?

Perro de abajo: ¿Quieres decirme que debería tomar una pizarra y hacer esquemas y categorizar cada término que uso, cada opuesto en forma muy ordenada?

Perro de arriba: No es una mala idea. Podrías hacerlo.

Perro de abajo: No, no lo voy a hacer. Al menos no por ahora. Pero te diré lo que puedo hacer. Puedo usar diferentes tipos de letras para el material biográfico, filosófico, terapéutico y poético.

Perro de arriba: Bueno, al menos eso es una buena idea.

Perro de abajo: ¿Y qué es entonces lo que quieres que haga? ¿Que detenga el río? ¿Que abandone mi juego de tarro de la basura?

Perro de arriba: No sería mala idea, si te pudieras sentar y disciplinarte como lo hizo Paul y escribieras:

- 1) tu biografía.
- 2) tu teoría.
- 3) casos clínicos, trabajos de sueños, etc.
- 4) poesías, si es que tienes que hacerlo.

Perro de abajo: ¡Andate a la mierda! ¡Me conoces muy bien para saber que eso no lo voy a hacer! Si intento hacer algo deliberado y bajo presión me resiento y me declaro en huelga. Durante toda mi vida he andado a la deriva...

Así es que déjame derivar y surcar los mares
De cientos océanos verbales
Y deja que ese capitán esté a cargo
Como controlador máximo.

Así es que déjame dormir cuanto quiera
Y tomar un flojo desayuno
Luego bravear un viento que me hace temblar
Las olas, el bote, y amigos a bordo.

Así es que déjame viajar por mi cuenta
Sin esposa ni niños
Sin un gurú ni un amigo
Ni alguna obligación.

Así es que déjame vaciar todos mis baúles
 Deshacerme de equipaje excedente
 Hasta que me libere de toda esa roña
 Que atosiga mi vivir.

Así es que déjame ser y morir a mi modo
 Una oficina clasificadora para gente
 Un atorrante solitario que le gusta bromear
 Y pensar y jugar y todo está ahí.

Así es que deja al mundo, la célula, las abejas
 Llenarse de pensamientos-emociones
 Y déjame derivar y surcar los mares
 De cien océanos verbales.

Perro de arriba:

Escucho tu plegaria
 Tus lágrimas las siento
 Adiós, navegante solitario.

Te hiciste tú mismo la cama
 Forjaste tus cadenas
 Goza tu lerda danza.

Adiós por ahora
 Pero volveré
 Con mi jodienda incansable
 Hasta el último día de tu vida
 Cuando nos separemos para siempre
 Te casaste conmigo, no con tu esposa
 ¡Y tan hábil que te creías!

Porque tú eres yo y yo soy tú
 Y juntos moriremos.

Primer lector: ¡Eh, tú, ahí! Córtala con todo ese sentimentalismo. Pagué mi entrada para darle una mirada a lo que has estado haciendo. ¿Te fuiste del Japón y de ahí adónde?

Fritz: A Hong Kong, por supuesto.

Segundo lector: Hiciste unas buenas compras ahí, ¿verdad?

Fritz: Si y no. Me compré un abrigo de lana que me costó sólo \$ 30, pero era muy ordinario. También me compré un vestón blanco de etiqueta, que usé a bordo, pero ha estado colgado en mi ropero durante años.

Tercer lector: ¿Cuál era la situación política allá?

Fritz: No recuerdo. Por divertirme me asomé al alambrado que separa Crown Colony de China, sólo para poder decir que había estado en la China Roja.

Nuevamente el tercer lector: ¿Había muchos refugiados de la China Roja?

Fritz: Sí, vivían en unos leantos terriblemente amontonados en las colinas, y en edificios departamentos también atestados de gente. Bueno, ¿y ustedes qué me están haciendo a mí? Me hacen preguntas como si fueran periodistas, tratándome como a un VIP (persona muy importante) que tiene muchas respuestas que repartir entre todos.

Los lectores todos juntos: Cálmate Fritz. En primer lugar, no somos más que una invención de tu imaginación. Y eres tú el que te crees un VIP.

Fritz: Bueno, bueno, todo esto lo admito. ¿Quieren que aproveche esta oportunidad para hablar acerca de las proyecciones?

Lectores: No, por favor no. Queremos que sigas con tu viaje alrededor del mundo. Tu estabas diciendo que durante mucho tiempo la flecha estuvo apuntando al blanco –Esalen– incluso antes que fueras allá, y que esto tuvo algo que ver con tu viaje alrededor del mundo.

Fritz: Eso es cierto. A pesar de mi naturaleza de gitano inquieto, estaba buscando un lugar donde poder armar mi carpa por un tiempo largo.

Una posibilidad era Kyoto, con su gente tan suave. El otro lugar posible era Elath, en Israel.

Lectores: ¡Ajá! El retorno del viejo judío a la tierra de sus antepasados. ¡Y nosotros que creíamos que eras ateo!

Fritz: Así es. A pesar de haber tenido una experiencia religiosa en mi vida, en las trincheras de Flandes, allá por el año 1916.

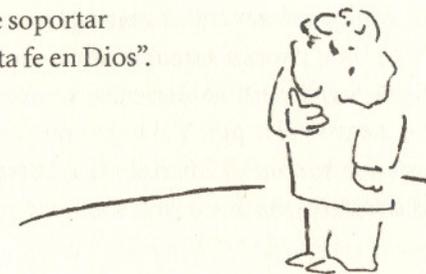
Por aquel entonces yo era ayudante médico, adscrito al batallón 36 de Pioneros. Esta era la unidad específicamente entrenada para atacar al enemigo con gases venenosos. La orden que había recibido de quedarme junto al oficial de sanidad, en la trinchera de retaguardia, fue modificada y tuve que ir a la trinchera más peligrosa del frente. Nos apoyaban dos compañías de lanzadores de gas. A las tres de la madrugada hicimos el ataque con gas, y a los pocos minutos recibíamos una andanada de balas inglesas. Dos horas de infierno, y, sin embargo, no tuve muchos heridos que atender. Yo recibí una herida superficial en la frente, que aún es visible, excepto cuando tengo la cara bronceada y que en ciertas fotografías aparece como un tercer ojo. Más tarde supe que la tercera trinchera donde estaba el equipo de sanidad había recibido un impacto directo y que tanto el doctor como sus dos ayudantes habían muerto.



Mientras marchábamos de regreso, vi un amanecer increíblemente hermoso. Sentí la presencia de Dios. ¿O sería más bien gratitud, o el contraste entre el ruido de los cañones y la serenidad del silencio? ¿Quién podrá decirlo?

En todo caso no bastó como para convertirme en un creyente. Tal vez Goethe tiene razón en la respuesta que le da Fausto a Margarita:

“Religioso es el hombre
Comprometido en el arte
O también aquel que puede
Confiar en la ciencia sabia.
Pero fallando tal apoyo,
Un hombre que tanto tiene
Un vacío no puede soportar
Tal hombre necesita fe en Dios”.



Esto es una mala traducción. Goethe es el poeta a quien nadie puede traducir. Tiene una unidad de lenguaje, un ritmo y un significado que pierde su riqueza apenas uno le hace hablar en otro idioma.

No, mi retorno no era la vuelta al hogar del judío errante, aunque durante un tiempo me entretenía, verdaderamente, la idea de quedarme a vivir en Israel. Pero por mi propio bien, no por el bien de la gente y su tierra.

Mi relación con el judaísmo y los judíos es extremadamente indefinida. Sé bastante de historia alemana, griega y romana. De la historia de —no, ni siquiera puedo decir mi pueblo, ya que tampoco me identificó con ellos— el pueblo judío, no conozco casi nada. Los judíos del este de Europa

con los caftans y sus payes (bigotes largos enrizados) que veía en mi juventud, me parecían tétricos, atemorizantes, como monjes, definitivamente no eran parte de mi mundo. Sin embargo, me gustan muchísimo los cuentos judíos, con su ingenio preñado. Muy a menudo hay israelitas en mis seminarios, y, en particular, si son *Sabra* (nacidos en Israel) me inclino a su favor. Tengo veneración y aprecio por el judío íntegro, aquel que es uno con su religión, su historia y su estilo de vida. Su sionismo tiene sentido, aunque yo personalmente lo miraba y aún lo miro como un sentimentalismo irreal y necio. Ellos llegaron como refugiados de Hitler y hay muchos lugares en el mundo donde el ingenio judío podría haber hecho que los desiertos florecieran más fácilmente, y generando menos hostilidad. Pero a la larga, yo me inclino ante ti, Israel y tu espíritu Makabbi. Les has ganado el respeto a los judíos del mundo entero. Incluso el antisemitismo judío ha disminuido mucho. Ya no ocurre que el ser judío lo descalifica automáticamente para una ocupación, para la cual se está capacitado. En cuanto al latente fascismo americano, su objetivo ya no será el judío, sino más bien el negro y el hippy. Y el negro no lo soportará tan pasivamente ni tan cobardemente como lo hizo el judío europeo. El negro se ha acostumbrado a la libertad, y ha flectado sus músculos.



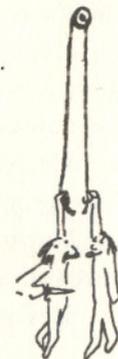
Al igual que todo lo demás, este escribir está dictado por el ritmo del contacto y del retiro. Luego de escribir la última página sentí cierta presión en la cabeza y cansancio. Y el cansancio es la señal por excelencia de que hay que retraerse. Nuevamente siento el mismo cansancio, luego de tan sólo dos frases...

Me fui de vuelta al diván para ponerme en contacto con la presión en mi cabeza y me surgió el concepto *encarar, enfrentar*, que es una polaridad mucho más apropiada a retirarse, apartarse. En ambas situaciones el contacto está presente. Simplificando: encarar es estar en contacto con la ZE (zona externa, lo oteo, el ambiente); retirarse es estar en contacto con la ZM (zona media) o incluso con la ZI (zona interna o zona del sí mismo). La regresión no es como la vio Freud, un síntoma neurótico. En todo caso no es la característica sobresaliente del neurótico. Por el contrario, el apartarse, el retirarse, la regresión y el retroceder, son todos modos de tomar una posición para poder enfrentarnos con la situación, o de donde conseguir el apoyo suficiente, o para atender a situaciones inconclusas más importantes.

Si se dificulta la elasticidad de la formación figura/fondo, entonces el enfrentarse y el apartarse no se suplementan mutuamente. Entonces nos encontramos ante un enfrentamiento *crónico* o un retraerse *crónico*, donde ambos son síntomas de patología. El enfrentamiento crónico se conoce como "fijación", quedarse pescado, compulsividad, falsedad, etc. El estar crónicamente retraído, apartado, se conoce como estar "sin contacto", aislado, autista, y, en casos extremos, como estupor catatónico.

Si un batallón se ve en una situación difícil, amenazado con el aniquilamiento, pérdida de hombres y municiones, se abocará a la tarea de un "replegarse estratégico". Se replegará a una posición más segura donde recibirá apoyo de más tropas y municiones e incluso también apoyo moral, hasta que la gestalt incompleta se concluye. Nuevamente ha adquirido la tropa, el equipo y el espíritu combatiente adecuado.

Les voy a contar la siguiente historia de dos analistas: el más joven, agotado ya en la noche, le pregunta a su colega



mayor: "¿Cómo es que puedes escuchar todo el día todas estas asociaciones?" Y éste le responde: "¿Quién escucha?"

Aquí, nuevamente tenemos los dos extremos del aferrarse: el estar crónicamente enfrentándose, cosa que muchas veces se denomina "tenaz determinación", y el hacerse completamente el sordo. El persistir llevará a la aniquilación del batallón, y también conducirá al agotamiento del joven analista.

El banquero que en los días que siguieron al viernes negro, identifica su existencia únicamente con ser un hombre de dinero, al perdurar con esa imagen y siéndole imposible enfrentarse con el mercado, no tiene otra alternativa que el suicidio.

Una persona que se siente impotente para enfrentarse con la situación que está a la mano, y que tampoco puede desprenderse de ella a menudo, recurrirá al modo más primitivo de todo enfrentamiento: matando. En otras palabras, la violencia y el matar son síntomas de este enfrentamiento crónico.

En abril de 1933, luego que los nazis habían subido al poder, fui donde Aitington, quien era entonces presidente de la Sociedad Psicoanalítica de Berlín, y le dije que veía amenazas escritas en las paredes. Me respondió: "tú no eres realista. Te estás arrancando". Y así lo hice. Mi realidad era mi impotencia de encararme con las SS de Hitler. El mismo Aitington se demoró dos años en reorientarse e irse a Palestina.

Muchos judíos se hubieran salvado durante el régimen de Hitler si hubieran podido abandonar sus pertenencias, sus parientes y su temor a lo desconocido.

Muchos se habrían salvado si hubieran superado su inercia y su estúpido optimismo.

Muchos se hubieran salvado si hubieran movlizado sus propios recursos antes de esperar que alguien viniera a salvarlos.

Si es que... si es que... si es que...

Esta mañana desperté perplejo y con una sensación de pesantez. Sentado torpemente en mi cama y en trance, tal como algunos enfermos que he visto internados en hospitales mentales, replegados en sus rumiaciones. Ánimas, víctimas de Hitler, especialmente parientes míos y de Lore visitándome, amonestándome con el dedo: "tú me podrías haber salvado", empeñados en hacerme sentir culpable y responsable por ellos.

Pero sigo aferrado a mi credo: "soy responsable únicamente de mí mismo. Tú eres responsable de ti mismo. No acepto tus exigencias sobre mí, como tampoco acepto ninguna intromisión en mi manera de ser".

Ya me doy cuenta de que quizás me estoy aferrando demasiado fuertemente a mi credo.

Me siento frustrado y al mismo tiempo sé perfectamente que soy "yo" quien se está frustrando a "sí mismo". El objetivo, Esalen, se está alejando cada vez más. Incluso Elath, otro lugar (además de Kyoto) donde pensé instalarme, parece ya fuera de mi alcance.

Sin embargo, me siento verdadero y contento. Estoy en contacto con las tres zonas. Ya sé que estoy sentado en mi escritorio. Siento cómo la lapicera se desliza sobre el papel, veo mi escritorio atestado de papeles. La lámpara que está sobre mí, proyecta la sombra de mi mano sobre las palabras a medida que se van formando..

También estoy en contacto con mi zona interna; sensación de satisfacción y de cansancio luego de un día de negociaciones con una comisión de Washington D. C. por un contrato para el centro de "blowout"¹⁴, y deseos de continuar con el libro.

También estoy en contacto con la zona media, conocida también como "la mente". Es en esta zona donde imagino cosas, donde hablo subvocalmente, lo que a menudo se llama "pensar"; recuerdo cosas, hago

14. Clínica psiquiátrica experimental donde, en lugar de usar los medios represivos convencionales (tranquilizantes, camisas de fuerza), se permite al paciente actuar su excitación hasta que se extingue por el sola. Su traducción literal sería "centro de reventón". (N. del T.).

planes, me ensayo. Sé que estoy imaginando, insistiendo en eventos del pasado. Sé, además, que no son de verdad, sino que más bien son imágenes. Si pensara que son de verdad estaría alucinando, es decir, sería incapaz de distinguir la realidad de la fantasía. Este es el síntoma principal de la psicosis.

La persona sana, al jugar, al repasar eventos anteriores, al soñar despierta sobre realizaciones futuras y catástrofes, sabe que sólo está en un estado de "como si" de donde puede volver rápidamente a su realidad actual.

Hay eso sí una excepción, que en un sentido más profundo no es una excepción: el sueño. Todo sueño tiene la cualidad de ser algo real. Todo sueño es una alucinación. Todo sueño se siente como natural. Uno no se da cuenta de lo extremadamente absurdo de situaciones y eventos que surgen con frecuencia en los suecos.

Cualquier sueño puede aparecer como real, y esto se justifica porque el sueño es una realidad. Es un mensaje existencial, aunque codificado, en un lenguaje *críptico*.

Todo sueño es un evento espontáneo. Por el contrario, la fantasía puede ser, en gran medida, deliberada. Parecería que no hay ningún límite para la fantasía, siempre y cuando no la corroboremos y la comparemos con las posibilidades limitantes de la realidad.

El ir a Elath ahora implicaría, de hecho, una gran cantidad de tiempo, dinero, planificación, cancelación de compromisos, etc.

En cambio ir allá en fantasía es fácil, siempre que mi memoria me acompañe. Cuando voy allá, o como me gusta llamarle, cuando llevo mi máquina del tiempo, me encuentro a mitad de camino entre Bersheika y Elath. Algunas ruinas, un saloncito de refrescos y una estación gasolinera.

Lleno el estanque del Volkswagen que compré hace algunos meses en Alemania. El tener que explicar esta compra me perturba, interfiriendo a mitad de camino con la interesante situación en que estaba. El hecho es que atravesé aquellos 500 kilómetros de desierto solo, y dudo que me hu-

biera atrevido a hacerlo en otro, que en un automóvil enfriado por aire, como es el VW.

Contrariamente a mis expectativas, el viaje a través del desierto no fue en absoluto aburrido. El camino era angosto, pero con asfalto en buen estado. Con excepción de algunos beduinos con sus camellos y sus carpas, no encontré gente, aunque vi a la distancia un kibbutz y una base militar. Elath fue una desilusión —eran más bien rucas hechas de hojalata, polvorientas y muy calurosas. Y esto era en invierno. Pude creer muy bien todas las historias acerca del calor intolerable que hacía en verano.

Me hospedé en un hotel detrás del lujoso Hotel Elath. Detesto los hoteles llenos de cromados donde uno es constantemente atendido. A menudo me siento paranoide en los hoteles pequeños y elegantes. Me molestan aquellos camareros, ascensoristas y mucamas que, como jotes, revolotean sobre mí, congraciativos y simpáticos en busca de una buena propina.

Todo el asunto me parecía lúgubre y decidí volver dentro de un par de días a Ein Hod, una colonia de artistas donde me sentiría más a gusto, pero...

Había allí rastreadores de playas, y estaba la tierra y la vista al mar.

En vez de aferrarme a esa resolución, decidí quedarme por más de cuatro semanas. No hubo ningún amorío, ni atracciones culturales; la playa era rocosa, sin las hermosas arenas de Haifa, pero...

Encontré aquellos rastreadores de playas, casi todos norteamericanos, tipos fascinantes.

Hoy los llamamos *hippys* y se encuentran por miles. Entre la turba bohemia de Berlín, ocasionalmente había un sujeto que hacía profesión de hacer absolutamente nada, pero en gran parte eran todos empeñosos y querían llegar a ser importantes y hacer algo en sus vidas, y muchos lo lograron.

También con anterioridad había conocido algunos *beatniks*, que lo habían intentado sin mayores resultados. Gente furiosa que se golpeaba la cabeza contra las reglas de hierro de la sociedad.

Unos meses antes conocí también a unos estudiantes de Zen que habían dejado todo sin rencor, y estaban ocupados en buscar su redención.

Encontrar los rastreadores de playas aquí, fue un acontecimiento.

Encontrar gente que estaba feliz sencillamente con ser, sin objetivos ni hazañas.

Encontrarlos en Israel, donde cada uno y todos los judíos estaban empeñados en construir una enorme granja perenne.

Encontrar gente que no estaba ocupada en aprovechar sus vacaciones —ustedes saben—, ese asunto de tostarse al sol, de engrasarse la piel, usando lentes ahumados, cócteles en las tardes, murmurando acerca de las diversas “fachas” en la playa, de hablar sobre regímenes para adelgazar y precios y de la infaltable intención de dejar el cigarrillo.

De vez en cuando, usaba uno de esos rastreadores de playas como modelo para mis cuadros. La pintura se había convertido en mi preocupación principal en Israel. Hasta que llegué a Elath, nunca antes había pintado con tanto entusiasmo y compromiso. Pintores como Van Gogh eran estimulados por los paisajes y a la vez andaban en su búsqueda. Solteronas perdidas en busca de “sujetos”. Aquí estaba el color viviente; aquí donde el Negev emboza al Mar Rojo, flanqueado por las montañas de Jordania y Egipto; aquí donde el sol levanta colores tras colores, desde las alturas de las montañas penetrando en la vida submarina de corales y peces coloreados; aquí los ojos pueden festejarse con colores y formas que varían con cada hora del día.

En las profundidades del Mar Rojo había una especie de anguila que medía alrededor de un metro y medio de largo por treinta centímetros de ancho, una verdadera escultura en naranja y carmín. ¿Una ondulación? ¿Una alfombra mágica? ¿Serenidad gozosa hecha realidad?

No me atreví a pintar esas montañas, pero al final tuve el coraje suficiente como para realizar algunos retratos de personas. Al portero de mi hotel le gustaba sentarse a modelar. Aún conservo dos cuadros de él. También hice algunas acuarelas. Con óleo siempre podía hacer trampas y pintar encima, pero con acuarela tenía que contentarme con afirmaciones sutiles y discretas.

El recuerdo más temprano que tengo sobre pinturas es el de una visita a la Galería Nacional de Berlín. Debo haber tenido ocho años de edad cuando mi madre me llevó allá. Me fascinaron los cuadros que ahí había, retratos de mujeres desnudas; mi mamá se ruborizaba ante ellos. Reconocía los cuadros religiosos por lo que eran: propaganda en favor de Jesucristo. Algunos cuadros me impresionaban como muy hermosos —esa enorme madonna azul de Rafael, con hermosos querubines, el de Rembrandt, “El hombre con el casco de oro”. En la escuela, el dibujo era uno de mis ramos preferidos. Incluso cuando me declaraba en huelga frente a todos los demás ramos, me gustaba la clase de pintura. Mentira, había también otra excepción: las matemáticas. Me fascinaban tanto que no podía resistirme a participar en clase.

Como de costumbre, no me preparaba para la escuela. Estaba demasiado ocupado con mi preparación de actor. Era llamado al pizarrón a resolver un problema difícil. Lo miraba y lo resolvía, y el profesor me miraba y decía “Ese no es el modo como yo lo hice ayer. Te voy a poner una buena nota en destreza y una mala nota en aplicación”. Esto me impresionaba.

Dibujar, siempre era copiar cosas: sombrear, diseñar perspectivas. Y así fue para mí durante largo tiempo. Mi apreciación artística era pobre, dictada principalmente por la fama del pintor. Me tomó largo tiempo ver a Picasso como el carnicero que es, a Gauguin como productor de posters, a Rousseau como el “cosificador”. Mi apreciación por otros pintores, en cambio, iba en aumento: Klee, Van Gogh, Miguel Ángel y Rembrandt. Mi aprecio y admiración por Klee sigue aún creciendo. El salvajismo de Van Gogh me fascina, al mismo tiempo que me asombra. El techo de la cúpula de la Capilla Sixtina de Miguel Ángel, es para mí como un pariente muy querido por quien siento una lealtad a toda prueba. Pero Rembrandt es como Goethe —un “el mismo unificado”—, un centro trascendente rebasando vitalidad. En una oportunidad estuve más de una hora al frente de “Nightwatch”, en el Reicksmuseum de Amsterdam.

A veces me da un verdadero antojo por un cuadro y tengo que ir y comprarlo. Desde luego que esto no siempre es posible. El artista puede ser famoso y yo no soy ni rico ni coleccionista de arte.

Desde luego que, si yo hubiera sido ambicioso y hábil, podría haber comprado cuadros con los \$ 500 que había ganado en Bremerhaven, pero también es muy posible que no los hubiera querido dejar atrás y hubiese terminado en un campo de concentración, o los cuadros hubieran sido quemados como arte degenerado. De modo que volvemos a “si es que mi tía tuviera ruedas, sería un automóvil”.

Luego de llegar a los Estados Unidos, comencé a tomar la pintura más en serio. La vida deportiva y al aire libre de Sudáfrica, pareció desvanecerse en Nueva York. La ciudad de piedra, de los apuros y de la cultura. Lore escribía poesías y cuentos cortos. Y además tenía su piano. Es una buena pianista y en su juventud no sabía si seguir estudios de leyes, psicología o si llegaría a ser concertista en piano.

Yo me convertí en un esclavo profesional “por horas”, excepto en las largas vacaciones de verano en Provincetown, Cape Cod.

Ibamos allá todos los veranos, y Lore aún lo hace. Para mí el lugar se arruinó luego que “ellos” arruinaron la inocencia del lugar pagando con fealdad. En realidad estoy exagerando.

La población veraniega se componía de pescadores, artistas y psicoanalistas. Muy luego me encontré afanado, pintando y navegando a la vela. Igual que cuando volaba, prefería navegar solo. Al volar, me encantaba el gran silencio que se producía cuando apagaba el motor y planeaba hacia tierra.

Nunca me gustó la pesca y solamente pesqué algunos pececillos y un róbalo.

La pintura me absorbía completamente, parecía vagamente una obsesión. Luego, tuve un profesor tras otro. En Ein Hod, Israel, hice lo mismo.

Me gusta la atmósfera de la sala de clase de pintura, con los alumnos celosamente competitivos y orgullosos de sus producciones. Me gusta hundirme en el aislamiento que acompaña la relación objeto-pintura-tela. Me gusta este precursor de los grupos de encuentro, con las alabanzas y críticas mutuas ante las “obras maestras” de cada cual.

Me gusta el hecho de que la tela sea el único lugar donde uno puede cometer cualquier crimen sin ser castigado.

Me gustaban casi todos mis profesores, con sus frases estereotipadas: “Lo único que quiero es que se expresen”, —escondiendo la segunda parte de la frase— “siempre que lo hagan a mi manera”.

Hace pocos años descubrí que en realidad me había convertido en pintor. Ya había aprendido muchos trucos: técnicas, composición, mezclas de colores, etc., todo lo cual contribuyó a reforzar al Fritz sintético, al Fritz deliberado, computarizado con su enfoque escudriñador de la vida. Muy pocas veces logré algo parecido al sí mismo proyectándose sobre la tela.

Claro, pude vender algunos cuadros. Otros están ahora colgados en las paredes de mi casa. Muchos pueden competir fácilmente con el pintor norteamericano promedio —que en su afán de ser diferente de sus colegas pintores— sólo consigue mostrar la misma aburridora necesidad de tener que ser distinto de los demás, de tener sus propios trucos, que entonces puede llamar su “estilo”.

Hace algunos años, trabajando con acuarelas, súbitamente algo en mí hizo clic. Algún día —“mañana”—¹⁵ volveré a tomar los pinceles.

Algo parecido me ocurre ahora al estar escribiendo este libro; de súbito, luego de muchas décadas algo en mí hizo clic. En ambos casos, tanto en la pintura, como en la expresión escrita, he sobrepasado el rango de “amateur” y he progresado desde que era un síntoma hasta descubrir en mí una verdadera vocación.

Finalmente llegué de vuelta a los Estados Unidos, llevando aún a cuestas la desazón que sentía por mi profesión. Asistí a una reunión de la American Academy of Psychotherapists en la que resaltaron tres acontecimientos. Estaba muy afligido y tuve un ataque de angina de pecho que me asustó y me tuvo en cama por un día.

El segundo acontecimiento fue el comienzo de mi amistad con la hermosa, voluntariosa y poderosa Irma Shepherd: brillante, cálida, porfiada y un tanto temerosa de su propia vitalidad.

15. En el original aparece “mañana” en español; se utiliza en forma alusiva al “dejar para después o para mañana”, que visto por los estadounidenses, es un rasgo propio del mundo de habla hispana. (N. del T.).

Frederick Perls

El tercero fue una explosión de desesperación que tuve en una sesión de grupo. Esa explosión fue verdadera, con sollozos violentos, sin importarme la presencia de extraños. Un *de profundis*. Esta explosión me ayudó bastante. Después fui capaz de reevaluar mi posición y estuve dispuesto a retomar nuevamente mi profesión.

Mientras escribía esto hice un descubrimiento: en mi teoría de la neurosis dejé fuera a la desesperación. Por esta vez, quiero ser sistemático. Los estratos de la neurosis no están nítidamente separados, pero vale la pena separarlos para tener una guía:

- a) el estrato de los clisés
- b) roles y juegos
- c) implosión
- d) *impasse* y explosión
- e) autenticidad.

Los clisés son a la vez rígidos y también son terrenos de prueba: "¿cómo estás tú?" "Está bonito el día, ¿verdad?" Estrecharse la mano. Mover la cabeza. Esto sencillamente indica reconocimiento de la existencia del otro. Aún no significa aceptación, aunque un refrenarse deliberado ya implica una injuria. Estoy probando al otro. ¿Irás a entrar en una discusión acerca del estado del tiempo o algún otro tema neutral? ¿Podremos seguir de aquí adelante hacia un terreno un tanto más incierto?

Al hacerlo, entramos al estrato de los juegos y de los roles. Podemos llamar a este estrato el dominio de Eric Berne o de Sigmund Freud. Se le da preferencia a los juegos "más que tú": "mi auto es más nuevo que el tuyo". "Mi miseria es más dolorosa que la tuya". El número de juegos existentes parece ser más limitado que el número de roles posibles, aunque estos últimos de acuerdo a las categorías freudianas, también son escasos: mamá, papá, bruja, bebé, etc. Al parecer Berne tiene cierta afinidad por los roles freudianos, pero también por los sapos feos que se convierten en príncipes.

Dentro y fuera del tarro de la basura

La mayoría de los roles son medios de manejo: el matón, el indefenso, el seductor, el niño bueno, el toqueteador, el adulador, la mamá judía, el hipnotizador, el aburrador, etc. Todos te quieren influenciar de uno u otro modo. Los roles inanimados también son bastante frecuentes: témpano, bola de fuego, tractor con orugas, jalea, roca de Gibraltar, etc.



Hoy filmé un diálogo con un swammi hindú, Maharishi. Su "cosa" es un método bastante estereotipado de ponerse en contacto con el "infinito" y orientarse hacia el desarrollo de los "potenciales superiores". Mientras jugaba a ser sordo, o a lo más me dirigía una mueca que probablemente quería ser una sonrisa, yo no podía entender a qué potencial se refería, ni cómo su meditación se compara con nuestro método más simple del enfrentarse/ retraerse. De todos modos, tiene una buena mirada y lindas manos. Personalmente creo que es una plasta y yo no me haría pasar por santo por toda la fama y todo el oro del mundo. Su juego y su rol son fríos y rígidos, aunque sospecho que debe haber situaciones donde es capaz de representar otros roles.

A veces uno encuentra gente que está en el otro extremo de la balanza. Helene Deutsch lo llamaba el tipo de los "como si"; gente que tiene cientos de roles en su repertorio.

El ejemplo clásico del representar roles es el Dr. Jekyll y Mr. Hyde o las tres caras de Eva. En ambos casos se está más allá del comportamiento de "como si". Ambos casos indican una verdadera disociación. Ambos casos son diferentes de la dicotomía que se ve corrientemente, por ejemplo, en el empleado de banco que se comporta congraciativo en el trabajo y como un tirano en la casa.

Jerry Greenwald me envió una monografía que tiene algo que ver con este tema. El distingue dos tipos de personas: la gente T y la gente N. T denota que es tóxica y N que es nutritiva. He podido corroborar su hallazgo aunque veo también otras formas de destructividad. Una buena comprensión del ritmo del *contacto/retiro* les podrá evitar mucho esfuerzo; comprender el significado de T y N puede mejorar su vitalidad en forma importante e incluso les puede evitar bastantes desgracias. Tan sólo se necesita un poco de interés en este fenómeno.

La excepción sería si uno es del tipo T; en este caso sería tal vez posible encontrar a alguien todavía más tóxico que uno mismo.

Lo primero es encontrar extremos de T y N. ¿Qué tipo de personas o de situaciones lo dejan a uno cansado e irritado, y cuáles lo hacen sentirse satisfecho e irradiando bienestar? ¿De cuáles recibe uno su dosis de veneno aunque esté recubierta en caramelo? Ponga especial atención a las preguntas, a los consejeros, a los enloquecedores y a las voces estridentes o soporíferas.

Una vez que hayan adquirido confianza, fijense en cada frase, en cada tono de voz, en los modales. En los casos extremos como tartamudeo y gesticulación: ¿qué es lo que los pone incómodos? ¿Sienten la compulsión de contestar todas las preguntas?

Hay un juego excelente que puede jugarse entre buenos amigos. Durante un par de días observen y examinen todas las frases y todas sus demás formas de comportamiento. Una vez que haga clic nunca perderán el instinto de preferir gente N a la del tipo T.

Arthur Schnitzler dice en su *Paracelsus*: "Estamos constantemente jugando, pero únicamente los sabios lo saben".

Es muy cierto. Muy a menudo tenemos que fingir roles. Por ejemplo, a veces tengo que exhibir deliberadamente mi mejor comportamiento; pero aquel "role-playing" compulsivo y manejados que reemplaza a la verdadera autoexpresión honesta, tiene que ser superado si es que queremos crecer.

Los polos extremos del "role-playing" son la vocación y el fingimiento.

En el primer caso se utiliza el rol como vehículo para sacar a relucir la verdadera esencia. Uno se apoya en su oficio, en sus sentimientos genuinos y en su sensibilidad. Entonces es del tipo N.

Al fingir, se carece de este autocompromiso. Uno inventa una emoción que de verdad no está ahí, a uno le falta confianza en su habilidad. En breve, se es un impostor.

Desde el punto de vista del psiquiatra, los roles más importantes e interesantes son los roles introyectados. Freud no hace distinción entre introyectar e imitar, que no es más que un proceso de aprendizaje.

Algo introyectado hace las veces de un hechizo. Alguien pasa a estar en "posesión" del paciente y existe a través de él.

El hechizo es, como cualquier introyección genuina, un cuerpo extraño en el paciente. En lugar de estar en la zona externa, como sería el caso de una persona con la cual se puede tener un encuentro, ocupa gran parte de la zona media. El paciente en vez de autoregularse, en vez de estar a tono con este dominio de la figura/fondo, es controlado por las necesidades y los requerimientos del hechizo. No puede llegar hasta lo propio sino una vez que el demonio ha sido exorcizado.

Hace alrededor de diez años encontré un caso extremo de este tipo de encantamiento: ocurrió durante un congreso de la American Psychological Association en San Francisco. Uno de los integrantes de un grupo de trabajo tenía una expresión facial mortalmente cérea. Parecía un caso de encefalitis, pero sin los síntomas de un núcleo rojo dañado. Tanto su comportamiento como su aspecto me transmitían la atmósfera de un cadáver. Acostumbrado como estoy a basarme en mi tétrica intuición, le pregunté si había perdido una persona querida. Y, ciertamente, había habido una muerte súbita y estaba aún sin trabajar el duelo. Utilizando un término excelente de

Freud, no habían habido lágrimas, ni un “adiós”, ni una separación, ni un entierro. La persona continuaba su existencia, pero no como ocurre a menudo, en términos de un carácter a representar, o manierismos, o un modo de pensar especial, sino que como un cadáver.

Lo hice tener un encuentro con su “*dybbuk*”¹⁶, movilizar su pena y despedirse de él. Desde luego que no fue posible completar su trabajo de duelo en aquella única sesión, no logró completar la situación, ni extinguir el síntoma por así decir; pero recobró algo de su vitalidad. Sus mejillas perdieron ese aspecto céreo aunque no cobraron del todo un color natural y su andar se hizo más elástico, aunque aún no estaba listo para bailar.

Uno de los psicólogos que asistía a ese grupo fue Wilson van Dusen, un existencialista. Me sugirió venir a la costa del Pacífico, al Mendocino State Hospital. Yo estaba muy de acuerdo con esta sugerencia. Me quería ir de Miami. Marty rechazaba la idea de casarse conmigo. Yo era demasiado viejo. No quería renunciar a la seguridad que le brindaba su matrimonio y arriesgar la seudo seguridad que le significaban sus hijos.

Arrendé un departamento en San Francisco. Me siguieron dos de mis “pegotes” habituales. Mi clientela era muy reducida. Hacía mis cosas en el hospital sin importarme tener que manejar cien kilómetros a través de aquellos hermosos parajes entre los abetos gigantes. Ahí me hice muy amigo de Paul, un siquiatra que amaba el trabajo de la tierra y la crianza de los niños. Creó que ya tiene once hijos. Con él jugué unos buenos partidos de ajedrez.

En un comienzo estaba muy cerca de Wilson. Nos respetábamos mutuamente. Me gustaban sus hijos y muchas veces me quedaba a alojar en su casa. A veces andaba en el asiento de atrás de su motocicleta. En mi juventud había tenido dos motocicletas, pero el asiento del pasajero a mi edad (entonces tenía 65 años) era cosa aparte. Al principio tenía miedo y estaba tenso, pero luego aprendí a relajarme y pude disfrutar de los pa-

16. Demonio de la tradición hebrea que toma posesión de las personas. (N. del T.).

seos. En una oportunidad (no recuerdo la ocasión) su mujer me lanzó algo y me aplastó mi reloj pulsera.

En mi trabajo en el hospital me familiaricé con el LSD y frecuentemente tomaba esta droga sin darme cuenta que lentamente me ponía irritable y paranoide. De todas maneras, Wilson y yo nos fuimos apartando y pronto me fui a Los Ángeles. Hace poco tiempo lo vi y al cabo de unos días se descongeló nuestra relación y nuevamente nos sentimos bien y contentos de estar juntos.



Una de sus mayores contribuciones fue el descubrimiento de que el paciente esquizofrénico tiene verdaderos “hoyos” en su personalidad. En el mismo trabajo menciona que la psiquiatría existencial y la teoría existencial, carecen de una técnica práctica y adecuada y que mi enfoque contribuía con esto. Más adelante, seguí desarrollando su idea de los “hoyos” y encontré que lo mismo era aplicable al neurótico. Un neurótico puede que no tenga ojos para ver, muchos no tienen oídos, otros no tienen corazón, memoria o piernas sobre las cuales sostenerse. La mayoría de las personas neuróticas no tienen un centro.

En realidad, esta tesis es la continuación de la noción limitada de Freud, que señala que el neurótico no tiene memoria. En lugar de memoria tiene un vacío o una amnesia. Freud afirma que esta amnesia surge como consecuencia del desarrollo incompleto del paciente, como de su “*acting out*”.

Wilson y yo sostenemos que hay muchos más “hoyos” que son los responsables de lo incompleto del paciente. Una persona puede tener una muy buena memoria, pero carece de confianza en su alma o en sus oídos, etc. Aquellos “hoyos” pueden desaparecer, pero no llenándolos con “sobrecompensaciones”, sino que transformando el vacío estéril en un vacío fértil. La capacidad de hacer esto depende nuevamente en gran medida, del entender la idea de “la nada” (*nothingness*). El vacío estéril se vivencia como una nada (*no-thing* = ninguna cosa), el vacío fértil como algo (*something* = alguna cosa), que emerge.

Cuando joven adopté a Freud como mi salvador. Estaba convencido de que había dañado mi memoria mediante la masturbación, y el sistema de Freud giraba en torno a la memoria y al sexo. También estaba convencido de que el psicoanálisis era el único medio de lograr una verdadera curación.

Denominábamos charlatán a todas aquellas personas que prometían una curación sin, en realidad, lograr nada. Freud era un científico sincero, un escritor brillante y descubridor de muchos secretos de la “mente”.

Posiblemente con la sola excepción del mismo Freud, ninguno de nosotros nos dimos cuenta de lo prematuro que era aplicar el psicoanálisis al tratamiento; ninguno de nosotros vio al psicoanálisis en su verdadero contexto. No lo veíamos por lo que realmente era: *un proyecto de investigación*.

Hoy en día se gastan años y millones de dólares ensayando y probando la seguridad y la eficiencia de cada droga nueva que aparece en el mercado. Esto no se hizo con el psicoanálisis, ya sea porque entonces no habían y aún no hay pruebas adecuadas, o porque los mismos analistas eran o son fóbicos cuando se trata de poner su método a prueba. El gobierno es muy estricto acerca del uso de drogas nuevas; los diferentes estados son muy estrictos cuando se trata de dar licencias a los que practican psicoterapia; sin embargo, el psicoanálisis, en todas sus formas y con todos sus nombres, se ha librado del escrutinio oficial mediante una cláusula no formulada.

En una ocasión me fue a consultar un neurólogo quejándose de su mala memoria. Pude constatar que efectivamente no recordaba episodios transcurridos en los últimos tres años. Estos tres años coincidían exactamente con la aparición de sus desavenencias matrimoniales.

Esto me parece decisivo. La causa de su amnesia no era una represión, sino que la amnesia era el *medio mediante el cual* llevaba a efecto su actitud fóbica ante ese recuerdo doloroso. Para asegurarse y no sufrir, tuvo que borrar todo lo ocurrido en esos tres años de matrimonio infeliz. Creo que hasta Freud estaría de acuerdo conmigo en que no basta con la recuperación, a pesar de que también sostenía que la integración se encarga de sí misma. En este caso, hubiera dicho que el paciente tiene que “trabajar” su situación.

Desde luego, que mientras el paciente mantenga bloqueados sus recuerdos, también mantendrá su gestalt incompleta. Si está dispuesto a atravesar los dolores de su infelicidad y su desesperación, entonces podrá llegar a cerrar su gestalt; llegará a confrontar su resentimiento y podrá recobrar su memoria, incluyendo todas aquellas experiencias que no estaban directamente relacionadas con su matrimonio mal avenido.

Al igual que Goethe, Lore tiene una memoria eidética. A las personas eidéticas les basta tan solo con cerrar los ojos y mirar sus imágenes y luego relatar la historia con una exactitud fotográfica. Yo puedo adquirir esta memoria cuando uso silocybina, una droga proveniente de un hongo psicodélico.

La mayoría de las personas tienen este tipo de memoria antes de conciliar el sueño. Yo la tengo únicamente luego de viajar en automóvil o con experiencias similares. La mayor parte de mi memoria visual está sumergida en una especie de bruma, y mis alucinaciones hipnagógicas (imágenes que aparecen antes de dormirse) son casi todas de naturaleza esquizofrénica. Se me dan en un lenguaje críptico, al igual que los sueños, y desaparecen apenas las trato de atrapar con mi intelecto al despertar. Tengo sospechas de que esta neblina y mi hábito de fumar están de algún modo relacionados. Aparte de estas especulaciones ociosas no he hecho absolutamente nada en este sentido, pero tengo la convicción de que tam-

bién podré resolver este problema. Desde que comencé este libro, ya me han ocurrido tres cosas importantes.

En primer lugar, el aburrimiento inicial, el movilizador inicial para escribir, se ha convertido en estímulo y excitación. También me ocurre que veo cada vez más y mejor. Gran parte de la excitación que se vertía inicialmente en el sistema motor (*acting out*), como en la masturbación y en la agresión hacia las personas, está ahora fluyendo al sistema sensorial. Actualmente estoy cada vez más contento de mirar y escuchar.

Finalmente, durante los últimos meses he tenido algunos episodios de cansancio que han ido en aumento. Como terapeuta solía retraerme a un estado de somnolencia, cada vez que el paciente me ahogaba con una voz hipnótica o no estaba en contacto conmigo, aunque rara vez me quedaba dormido. Últimamente me retraigo cada vez menos, pues me estoy quedando más en la zona media. Recién ahora puedo estar en contacto con el cansancio y con el mundo a la vez. Ambos se integran, lo que da como resultado que escuche con mayor atención.

En lo que se refiere a la deficiencia de memoria de mis años de la pubertad, en realidad no había tal. Cometí algunos errores entonces y también, muy a menudo, después. Me culpaba a mí mismo en lugar de resentirme con otra persona. Tenía mala memoria para aprender fechas históricas y palabras en latín. Ambas estaban fuera del contexto, me eran cosas extrañas y poco familiares. En otras palabras, mi mala memoria era en realidad algo bueno. Aprender estas palabras hubiera sido hacer ejercicios, entrenamiento de reclutas y repetición; es decir, artefactos. Dentro de un contexto significativo, no tengo ninguna dificultad en absorber material que me resulta de interés. Di como ejemplo el modo como aprendí inglés. Mi vocabulario no es inmenso, pero es adecuado y va al grano.

La situación en Los Angeles no era en absoluto difícil. Había estado allá en 1950. Ya había unos atisbos de interés por la terapia gestáltica en los círculos profesionales. Jim Simkin se había establecido como el primer terapeuta gestáltico de California.

El interés de Jim por la terapia gestáltica viene desde sus años universitarios. Había estado en formación conmigo y con Laura (Lore ha ameri-

canizado su nombre). Ahora que había terminado su formación y nos encontrábamos en un contexto social como colegas, se me revelaron una serie de dificultades que antes no vi. Era bastante cuadrado, apretado, tieso, superpreciso y con un gran amor por un círculo íntimo y pequeño de personas. Él y su esposa Ann, tienen un fuerte ascendiente judío y aún están involucrados en el judaísmo. Yo sé que respetaba mi talento y despreciaba mi desorden y mi soltura. Con el transcurso de los años, se hizo más espontáneo y abierto. Utilizando su exactitud y precisión desarrolló con éxito su estilo propio en terapia gestáltica. Finalmente nos hicimos buenos amigos.

El interés por mi trabajo iba en aumento, pero a pesar de todo no me sentía aceptado. Incluso los profesionales que trabajaban conmigo exitosamente, eran muy cuidadosos de no identificarse demasiado con la terapia gestáltica y con ese tipo loco, Fritz Perls.

En uno de mis grupos había un fulano que estaba metido en una serie de cosas consideradas de avanzada y tiradas de las mechas: yoga, terapia de masajes, alerta sensorial de Charlotte Selver. Se llamaba Bernie Gunther. Era un buen empresario, no muy creativo, pero capaz de sintetizar y de sacarle partido a lo que tomaba de diferentes fuentes. Tanto él, como Bill Schutz son muy buenos para "incitar"¹⁷ a las personas. No tengo ninguna duda de que va a llegar muy lejos en esto.

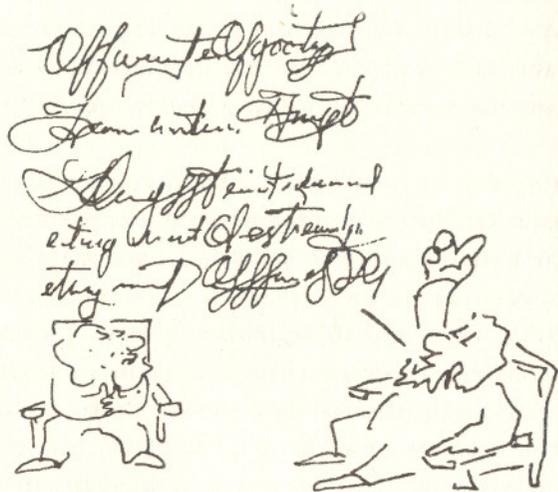
Hizo diligencias para que yo pudiera dictar algunas conferencias en Los Angeles. Me asombró el público que llegó a rebasar la sala. Hasta entonces no me había percatado de que la terapia gestáltica había comenzado a echar raíces.

Navidad de 1963 se sugirió que anticipara en el taller de psicoterapia que se iba a realizar a en un lugar del centro de California, llamado Esalen.

17. Traducción de *turn-on*: encender aparatos. En su uso actual es un modismo del vernacular estadounidense y se refiere al estado de excitación, activación, exaltación o animación —de corta y fugaz duración— conseguido mediante el empleo de drogas o de técnicas y ejercicios psicológicos y sensoriales. (N. del T.).

El blanco acertó en la fama con la flecha Fritz Perls. Un paisaje comparable al de Elath; gente linda entre el personal, al igual que en Kyoto. Una oportunidad de enseñar. El gitano encontró un hogar y luego una casa.

También encontró otra cosa. Un alivio para su descorazonamiento.



El hombre moderno vive y se mueve entre los dos polos extremos del concretismo y de la abstracción.

Por lo general, entendemos por concretismo aquellas cosas, hechos y procesos, que en principio son asequibles a todo el mundo, que pertenecen al *Umwelt* de todos —el ambiente, el mundo personal—. La zona de “lo otro” la otredad, la zona externa.

Al estar dos personas juntas, sus mundos personales en gran medida van a coincidir; el *Umwelt* se convierte en un *Mitwelt*: un mundo común, un ambiente compartido. En la superficie se tratan e identifican los mismos hechos y las mismas cosas.

Una vez que miramos esto con mayor profundidad, vemos la falacia de esta sobresimplificación, ya que muchas cosas y hechos tienen significados muy distintos para cada uno de nosotros, dependiendo de nuestros

intereses específicos y de la necesidad de completar las diversas situaciones inconclusas, propias del desbalance de cada cual.

Tomemos como ejemplo lo que ocurre con el muy ansiado ejemplar del diario dominical. Si no fuera por los intereses diversos, habría una contienda general. De hecho, el jefe del hogar toma el primer cuerpo; la mamá, las páginas de las noticias sociales; la hija sofisticada, toma la parte literaria; el hermano mayor, agarra la sección deportiva; el pobre de espíritu, tomará las historietas, y el político, las noticias mundiales.

Esto no es propiamente un ejemplo de *abstracción*. El diario ha sido desmembrado concretamente y dividido entre los miembros de la familia.

Ahora miremos la sección de los avisos económicos. ¿Alguien, con la excepción del corrector de pruebas, habrá leído todos los avisos? McLuhan dice que todos los avisos son buenas noticias; uno va con esperanzas a la oferta de trabajo que promete dar satisfacción. Pero, esta vez, los miembros de la familia dejan esa sección en forma intacta y abstraen únicamente lo que es de su interés. Uno puede hacer una elección. Se puede recortar el aviso y en este caso se substraer el diario menos que antes. O se puede abstraer, copiando, recordando y dejando el diario en forma intacta.

Si se ha copiado el aviso, esta copia aún pertenece a la ZE; si se memoriza, entra en la ZM, y si uno está contento con su hallazgo llega incluso hasta la ZS, la zona del sí mismo.

En este momento no quiero hablar acerca de los diversos niveles y de la economía de la abstracción. Tenemos bastante para nuestro próximo paso. Sólo quiero mencionar que el grado mayor de abstracción se encuentra en el número, donde todo concretismo ha sido dejado afuera, donde cada característica ha sido omitida y, donde de la cosa, del hecho o del proceso, queda solamente el número.

Dentro del juego de los números, lo imposible se hace posible. Por ejemplo, una persona que vive en Sudáfrica puede recibir 1, 2 picadas de mosquito al día, mientras que si vive en Kenya su cuota diaria puede subir considerablemente.

Repitamos una vez más nuestro juego de letras. Decíamos que T denota tóxico y N nutritivo. Tenemos Z para la zona o el *locus* donde trans-

curre un acontecimiento. Este ubicar cosas se llama topología. A grandes rasgos hemos distinguido la ZE —la zona externa—, y ZS —la zona del sí mismo (*self*)—, el espacio por así decir que queda dentro del pellejo. También he mencionado que dentro de la ZS hay una ZDM (zona desmilitarizada), que impide estar “en contacto”. A menudo a la ZDM se le llama la “mente” o la “conciencia”, todo lo cual es bastante confuso en cuanto a lo que realmente está ocurriendo. Si siento una picazón, estoy consciente de ello; pero si además, digo que esta picazón está en mi mente, se me acusará de estar completamente loco. La ciencia cristiana hace buen uso de esta confusión. Generalmente puedo ubicar a los practicantes de la ciencia cristiana y a sus hijos por el tipo especial de confusión que tienen.

Una de las personas que se me pegoteaban y me siguieron hasta San Francisco, fue una mujer de mediana edad que había llegado a Miami en un estado esquizoide. Había sido criada en un ambiente empapado de moralidad de ciencia cristiana. Cada señal que recibía del mundo externo, era de inmediato distorsionada y procesada para bien de su sistema de ilusiones.

Cuando aceptamos llamar a “la mente” fantasía y cuando hacemos uso de la teoría del darse cuenta (*awareness*), sólo entonces nos estamos apoyando en el terreno firme de la realidad. La fantasía tiene un lugar clave en mi filosofía gestáltica. Es tan importante para nuestra existencia social como lo es la formación de la gestalt en nuestra existencia biológica.

Muy frecuentemente se contrasta la fantasía con la racionalidad —como si la fantasía y la imaginación fueran algo muy extraño—, mientras que la racionalidad es considerada el *summum* de lo sano. Estoy tomando a la fantasía y a la imaginación como a una misma cosa, aunque la imaginación tiene una connotación algo más activa.

Supongamos que quiero irme de vacaciones. Hago mis planes: este planear es una fantasía racional. Podré utilizar otras ayudas que provengan de la ZE: mapas, consejos de mi agente de viajes, etc., pero no hago más que estar fantaseando, aunque llame a este fantasear anticipaciones, necesidades o recuerdos. En seguida ajusto mi fantasía, hasta que de común acuerdo con mi agente de viajes, llego a una solución que se ajuste con mis necesidades, mi disponibilidad de tiempo y mi bolsillo.

Con anterioridad mencionaba que todas las teorías e hipótesis son fantasías que tienen valor únicamente si calzan con los hechos observables.

En otras palabras, cuando alguien dice: “Él es de mente sana” se está refiriendo a la fantasía racional de esa persona.

Lector: “Muy bien Fritz, esto te lo puedo entender. ¿Y qué me puedes decir de los recuerdos? Parece que también los incluyes. Si mezclas la fantasía con la memoria, es que estás confundido o eres un mentiroso”.

Correcto. Hablamos de una memoria en la que se puede confiar, lo que desde ya deja una duda acerca de su aplicabilidad general. La tesis es que *todo recuerdo es una abstracción de un acontecimiento*. No es el hecho en sí mismo. Al leer el diario, el papel y la tinta permanecen en la ZE. Uno no se come, ni se traga ni digiere el diario. Y más aún, uno selecciona lo que le es de interés. Y aún más, las noticias están teñidas por las convicciones políticas del diario. Y más aún, las noticias que aparecen ya han sido seleccionadas por el espíritu de observación del periodista, por sus intereses e incluso, posiblemente, por su necesidad de sensacionalismo.

Lector: “De acuerdo, pero si en el pasado experimenté algo, en general puedo recordarlo con bastante claridad”.

Sinceramente, ¿cuánto es lo que recuerdas de aquella experiencia? ¿En qué medida estás prejuiciado y deformas el pasado? ¿Recuerdas acaso el tono de su voz, recuerdas tus titubeos, tus tropiezos de ese momento? ¿Será que te tragaste el incidente? ¿O será más bien que recuerdas y, en cierto modo, retornas a esa situación como si fuera verdadera? (cosa, por lo demás, imposible, ya que el recuerdo pertenece al pasado y el retorno transcurre en el ahora). Pero incluso así, este retornar a la situación pasada como si transcurriera en el presente, nos dará elementos muy verdaderos y no solamente unos recuerdos congelados. Además, este retorno al evento se verá menos deformado por lo que me gusta y me disgusta, cosa que se hace a menudo cuando se recuerda algo.

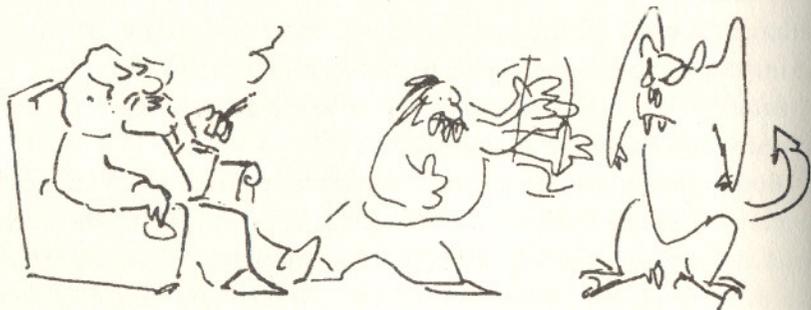
Abundan las investigaciones sobre las diversas deformaciones y la selectividad de la memoria, particularmente en casos de testigos de accidentes. Los que hayan visto la película *Rashomon*, se habrán dado cuenta de la inmensa diversidad de interpretaciones que diferentes personas le dan a

un mismo acontecimiento. Creo que estas variaciones surgen de las necesidades que tiene el sistema de autoestima de cada cual.

Dicho de otro modo, incluso la observación más fidedigna es una abstracción. Desde ya puedo ver que tendría que escribir muchas páginas más para poder aclarar la posición clave que ocupa la fantasía.

En psicopatología, las fantasías más importantes son aquellas en que el paciente no puede darse cuenta de su irracionalidad. El caso extremo es del esquizofrénico paranoide que verdaderamente cree que el médico está decidido a asesinarlo. Para evitar eso se sale a su ZE. Es decir, mata al doctor.

Muchos de nosotros tenemos expectativas catastróficas. No nos molestamos por constatar su racionalidad —nos tornamos fóbicos— y no estamos dispuestos a tomar ni siquiera riesgos razonables.



Muchos de nosotros tenemos expectativas anastróficas. No nos ocupamos de constatar su racionalidad, nos descuidamos y no estamos dispuestos a tomar las precauciones necesarias.

Hay quienes tenemos un cierto equilibrio entre fantasías catastróficas y fantasías anastróficas; tenemos, por lo tanto, perspectivas y arrojo racional.

Hay una variedad infinita de roles y juegos que se juegan en la fantasía, desde el extremo de la autotortura hasta las ilusiones más inauditas.

Ojalá pudiera detenerme aquí. Pero tengo que continuar hasta llegar a esa abstracción que produjo la fantasía de la existencia de una “mente”.

Anoche llegué hasta aquí y desperté con una especie de emperramiento. “No, no voy a hacer ninguna gran perorata sobre esto”. *No voy a caer en la tentación; de adentrarme en las ramificaciones de la ramificación de la “palabra”, como la abstracción de una abstracción. No, no voy a adentrarme en los detalles del pensamiento visto como una forma de hablar en forma subvocal, tornó un “hablar en fantasía”.*

Debiera confesar cuánto me asombra el que cada vez que me hago la fantasía de escribir sobre algo, surge un tema diferente que me saca alguna antigua armazón intelectual (y esta vez sí que admito que es mental) de mi tarro de la basura y aprendo algo nuevo. Hasta el punto de que estoy incluso dispuesto a aceptar que mi tarro de basura no existe, que lo inventé para jugar mi juego de la “reorientación”. Nuevamente miro alrededor. Mi escritorio está menos atestado de cosas que otras veces (la rompiente, las montañas). ¿Quiero escribir acerca de Esalen o quiero vestirme y bajar a la posada a tomar desayuno?

“Vestirme” me suena divertido. Estoy en pijama, y lo único que hago al vestirme es meterme en uno de mis buzos, mi traje favorito. Tengo varios. Los mejores están hechos de toalla y son especialmente adecuados para ir a los baños termales.

Rara vez bajo a pie a la posada. Uso mi pequeño Fiat, que es 40 cm más corto que un VW. Lo llamo “mi cuna motorizada”. Mi casa está incrustada directamente en el acantilado a casi cien metros encima de los baños. En gran medida, está construida dentro de la montaña, de modo que tiene una vista de miles de kilómetros cuadrados de océano, como también hacia los suaves riscos silvestres que detienen su constante embromar y horadar dispuestos a no dar más que unos pocos peñascos a las olas suavemente exigentes.

No se sale por la puerta, se *emerge*, no como antes a una naturaleza intocada, sino que a una mezcla de vista magnífica, con escalones de piedra natural (que son la extensión del muro circular), donde nos encontramos con cabinas y automóviles.

Para la mayoría, el camino de ida o de vuelta a la posada no requiere ningún esfuerzo. Yo no lo siento así. Por lo general bajo en auto. De ahí hasta los baños hay igual distancia y tengo que hacerlo a pie. Cuando camino con lentitud se me hace un poco más fácil el camino ascendente. A veces lo puedo hacer sin esforzar los músculos ni de mis piernas ni de mi corazón.

Cuando recién llegué a Esalen, mi corazón estaba en muy mal estado.

Quiero escribir acerca de mi corazón. Estoy buscando a tientas un comienzo y un entendimiento. El tarro de basura se convierte en una pesadilla de carrusel. Los vuelos con silocybina, su contenido: casi muriéndome, casi muriéndome, dándome por vencido. ¡No! Vuelve a la vida, vuelve.

El remolino se detiene. Estoy nuevamente de vuelta en las trincheras. 1916. No, ya no estoy en las trincheras. Estoy en un hospital militar. Lejos de la miseria de la guerra aguda. Había conocido a un hombre muy bueno, era nuestro médico nuevo. Hablamos. Quiere saber acerca del antiseptismo. Hay bastante, sí, incluso en las trincheras. Pero proviene fundamentalmente de los oficiales.

Nuestra compañía será trasladada a otro sector del frente. Tengo gripe, con fiebre intensa. Me envía al hospital. Tengo una cama de verdad. Me visita a los dos días. ¿Estoy lo suficientemente bien como para ir al frente? La fiebre aumenta y la fiebre es de verdad, no es fabricada ni fingida. Y, sin embargo, baja cuando estoy fuera de peligro.

Al día siguiente, despierto con un sueño: mi familia. Al fondo está Grete —la hermana a quien quiero muchísimo—, de pie cerca de mi tumba rogándome que vuelva a la vida. Hago un gran esfuerzo, empujo, hago un tremendo esfuerzo, y lo logro. Lentamente, con mucha lentitud, retorno a la vida, tratando débilmente de abandonar a la muerte, que me era tan preferible a los horrores de la guerra.

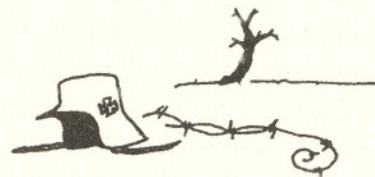
Ya había logrado endurecerme e insensibilizarme, pero aún había dos tipos de muerte que me eran muy difíciles de encarar.

Una eran los comandos de la retaguardia. Salían de las trincheras luego que el gas había llegado hasta las filas del enemigo. Tenían por arma un martillo elástico con el cual golpeaban y mataban a cualquier persona que aún mostrase señales de vida. Nunca supe si lo hacían por economizar municiones, o por no llamar la atención, o por puro goce sádico.

La otra ocurrió sólo una vez. En la mañana habíamos probado nuestras máscaras de gas con gas lacrimógeno. Aparentemente calzaban bien. Esa noche hicimos otro ataque con gases. Último chequeo de las botellas de gas. El meteorólogo está midiendo la velocidad del viento, su estabilidad y su dirección.

Pasan las horas. Anoche ya tuvimos que cancelar el ataque. ¿Y esta noche? Pasan las horas. Estoy relajado, sentado en mi excavación y leyendo algunas cosas complicadas. Finalmente las condiciones del viento son favorables. ¡Abrir las válvulas! La nube de gas amarillo se va reptando hacia las trincheras del enemigo. Súbitamente una vuelta. El viento cambia de dirección. Las trincheras están en líneas que van haciendo un zigzag. ¡Se nos puede meter el gas en nuestras propias trincheras! Esto empieza a ocurrir y a muchos les fallan sus máscaras. Y muchos sufren un envenenamiento desde leve a severo; y yo soy el único ordenanza médico y no tengo más que cuatro botellas pequeñas de oxígeno y todos están desesperados por oxígeno y se aferran desesperadamente y tengo que arrancarle a uno la botella para dársela a otro.

Más de una vez me vi tentado de arrancarme la máscara de mi cara cubierta de transpiración.



En 1914, al estallar la guerra, yo ya estaba cursando medicina. El examen médico del ejército me declaró "apto para desastre terrestre", que está

incluso por debajo de "apto para la reserva". Por aquel entonces, ya era bastante encorvado y tenía un corazón pequeño y elongado. Tenía dificultades en los deportes que requerían de esfuerzo y prefería los deportes que exigían equilibrio.

No tenía ninguna intención de convertirme en un soldado ni en un héroe cubierto de sangre. Me presenté voluntariamente para ser un soldado de la Cruz Roja, para ser apostado fuera de la zona de combate. Durante gran parte del tiempo me quedé en Berlín para continuar mis estudios. Luego de un viaje de cuatro semanas a Mons, en la frontera con Bélgica, se me acabó la paciencia y deserté; pero no sabía que me había convertido en desertor, ya que, en mi opinión, la Cruz Roja era una organización semi-privada. Cuando me encontraron, fingí tener una pierna herida y cojeaba en forma notoriamente fingida. Fui enviado al profesor Schleich, a quien yo admiraba por ser de los pocos, incluso antes de Groddeck, que estaba interesado en medicina psicosomática. Me administró una inyección subperitoneal tan dolorosa que estuve dispuesto a aceptarla como una cura.

Hicimos el viaje a Mons en un tren muy lento que a cada rato debía detenerse para permitir el paso de los trenes con tropas y armamentos. Nada que comer. Estaba muy cansado y me dormí tan profundamente, que me tomó varios minutos orientarme cuando me despertaron. Era un espectáculo tétrico. Los contemplaba a ellos, a las paredes del carro, una despersonalización completa, ausencia total de sentimientos o de significado.

En Mons tuve que trabajar en la estación, repartir café y otros refrescos en los trenes que llegaban llenos de heridos que venían del frente. Cuando quise darle de beber agua a los Tommies Británicos, heridos y sufridos, los heridos alemanes no me lo permitieron. Fue la primera vez que sentí el sabor y el shock de lo inhumano de la guerra.

Había una chica belga en Mons que se enamoró de mí desafiando el desprecio de sus vecinos. Era apasionada y siempre me rogaba: "*N'allez pas dans la guerre, chère, n'allez pas*". En aquel entonces yo hablaba bien el francés y frecuentemente hacía de intérprete.

En 1916 los frentes se congelaron. Fueron llamados más hombres y mujeres. Yo tenía un amigo. Más adelante hablaré de él. En este momen-

to no recuerdo su nombre de pila. Su apellido era Knopf. Decidimos enrolarnos voluntariamente antes de que fuéramos llamados. Escogió la brigada de abastecimiento y murió en un accidente. Yo escogí el batallón *Luftschiffer*, aquellos que trabajaban con los Zeppelines, los dirigibles, que, de hecho, tuvieron muy poca participación en la guerra.

El sargento de mi destacamento me apreciaba bastante. Yo le causé buena impresión por el hecho de ser estudiante de medicina: "No estarás aquí mucho tiempo. Serás transferido al cuerpo médico". Pero más lo impresioné por mi puntería con el fusil. Cuando vino el capitán a hacer una revista, me colocó a mí en la tarima para disparar. La verdad es que tendido en el suelo y con apoyo, tengo bastante buena puntería, pero de pie no soy lo suficientemente estable.

Algo muy desagradable me ocurrió con nuestro teniente. Para ayudar a financiar la guerra, el emperador inventó el siguiente slogan: "Yo di oro por hierro". Para incentivarnos en esa campaña se nos prometió un día de franco por cada moneda de oro que trajéramos. Finalmente, junté cuatro piezas de oro de diez marcos. Cuando pedí mi permiso, fui enviado al teniente quien me respondió: "¡No seas impertinente, puerco. Deberías estar contento de servir a tu Patria. Media vuelta, marchar!" Tuve varios encuentros de esa naturaleza con los oficiales alemanes. No hay ninguna especie en el mundo que pueda igualar su arrogancia investida de monóculo.



Estoy aburrido y cansado con la narración de la guerra. Ojalá que surja algo más estimulante. Alguna teoría, alguna poesía, pero estoy manteniendo mi promesa de que escribiré únicamente lo que me surge. Mal que mal, nadie puede determinar la secuencia en que le va a salir su propia mierda.

Sin embargo, en la naturaleza hay ley y orden. Las heces son la acumulación de excedentes no utilizados y salen más o menos en el mismo orden de entrada. La diferencia entre el alimento consumido y las heces, la utiliza el organismo en su nutrición. Ha sido asimilado; se ha convertido en parte del sí mismo (*self*). Se ha completado la transición de la ZE a la ZS.

Una de las razones por las cuales no funciona el sistema freudiano se debe a la omisión que este hace del fenómeno de la asimilación. Freud está pegado a la mentalidad de los caníbales, que fantasean que al comerse un valiente luchador van a lograr con esto más coraje.

Freud tiene una zona oral, una zona anal y nada entre medio.

Me levanto temprano. Reviso esta sección y no me gusta. Se lee pedante, como una composición de escuela: pedante, pedante, pedante.

Por qué no puedes decir simplemente: Freud, tienes una boca y un hoyo en el trasero. Y una gran boca; yo también. Y tú eres un boludo y yo también. Ambos somos unos viejos fanfarrones que nos tomamos muy en serio. Tenemos que producir grandes teorías en beneficio de la humanidad.

Estoy harto. Tiremos todo el tarro de la basura en un gran basural y terminemos de una vez.

Perro de arriba: ¡Fritz, no puedes hacer esto! ¡Sería otro manuscrito inconcluso! Lectores o no, editor o no, tuviste tus buenos momentos mientras lo escribías, nuevas introspecciones y descubrimientos. ¿Y si otros pudieran sacar provecho de él?

Perro de abajo: No se trata de eso. Me estoy obsesionando con las palabras y me estoy poniendo selectivo. Lo que veo, pienso y recuerdo está siendo escrito desde el punto de vista de un escritor. Esta

mañana me sentía rayando en la locura. Las palabras andaban por todo mi cuerpo como hormigas.



Perro de arriba: Mayor razón para continuar. Tuviste momentos en que las palabras, los sentimientos y los pensamientos se juntaban como en la poesía. Si estás atascado entre lo verbal y lo no verbal, en entonces busca cuál es tu impasse, usa en ti tu propia teoría.

Perro de abajo: No soy yo quien predica la disciplina y el esfuerzo.

Perro de arriba: ¿Quién está hablando de predicar? Tú mismo has dicho muchas veces que la enfermedad mental es el resultado del comportamiento fóbico. Declaras, una y otra vez que, Freud no pudo concluir su trabajo, a pesar de todos sus descubrimientos, debido a sus severas fobias. Ahora tú mismo te estás poniendo fóbico. Ahora estás evitando el dolor (el tedio) del trabajo o una posible ofensa a tu vanidad.

Perro de abajo: Tienes toda la razón y a la vez estás equivocado. Claro que soy fóbico cuando se trata de volverse loco. No me quiero volver loco.

Perro de arriba: ¡Déjate de decir tonterías! Sabes que eres casi un caso límite. Sabes que tuviste el coraje de acercarte un par de veces al límite de la locura. Sabes que tus sueños son un tanto esquizofrénicos. Quieres explorar la esquizofrenia. Sabes que a pesar de

toda tu patología te pudiste desarrollar llegando a ser alguien a quien muchísimas personas envidian.

¡Y más aún, tu rol en el mundo aún no ha concluido! Estás comenzando a tomar un lugar en la historia, al menos en la psicología, tal vez incluso en la filosofía.

Perro de abajo: bla, bla, bla, bla...

Perro de arriba: Fritz, no me hagas enojarme. Y no te hagas el rapazuelo rencoroso.

Perro de abajo: ¡Ja, ja, ja, ja! Te pillé. ¡Puedo jugar al profesor, me permites jugar al viejo libidinoso, pero no debo jugar al rapazuelo rencoroso!

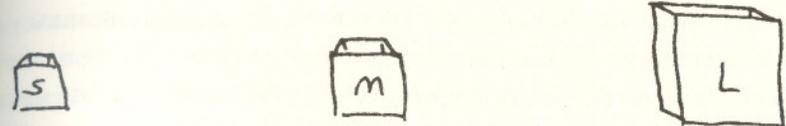
Perro de arriba: Eres demasiado agudo para mí. ¡Haz lo que se te dé la gana!

No te preocupes. Lo haré de todos modos. Y me siento mucho mejor después de esta conversación. Voy a fingir que no hay una bomba atómica en el trasfondo de todo y que voy a vivir para siempre. Esto al menos va a aliviar un tanto la presión sobre mi escritura.

Voy a empezar con un ataque frontal a los conductistas, que todo lo ven como si las personas se arman pedazo a pedazo. Su famoso arco-reflejo, o su historia del estímulo y la respuesta, o su mecanicismo de máquina accionada por una moneda. Con el arco-reflejo —que es para ellos algo semejante a un sistema de calles con tránsito en un solo sentido, donde lo sensorial va hacia adentro y lo motor va hacia fuera— consiguen transformarnos en robots irresponsables, listos para ser manejados por aquellos que gustan de oprimir botones. Ciertamente, en los estratos más inferiores, tenemos muchas respuestas que son de tipo automático. Cuando algo nos produce escozor, nos rascamos sin siquiera pensarlo. Sin embargo, el solo hecho de poder detener voluntariamente el rasquido, implica que el darse cuenta (*awareness*) también está involucrado.

En cuanto a los reflejos condicionados, sabemos —y está demostrado— que estos desaparecen con el tiempo si no son usados repetidamente.

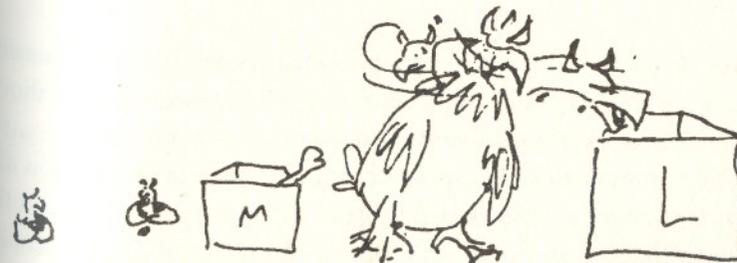
Quiero que me sigan en este experimento que voy a mostrarles. Tenemos tres cajas: una caja pequeña *s* (*small*), una mediana *m* (*medium*) y una grande *l* (*large*).



Ahora tomamos las cajas *s* y *m* y un animal cualquiera. Colocamos algo de comer en la caja *m*. Pronto el animal no se molesta en investigar lo que hay en *s* y se dirige directamente a la caja *m*.



Ahora reemplacemos la caja *s* por *l*, y esperemos que el animal vaya al lugar habitual donde se alimenta: la caja *m*.



Pero no lo hace. Se va directamente a *I*. De esto concluimos que tiene una orientación, y lo que es más, tiene una orientación dirigida por una, *gestalt*; se dirige hacia la caja más grande. Va hacia la constelación.

Ahora podemos abandonar no tan sólo la teoría del arco reflejo, sino que también podemos reemplazarla por un concepto holístico y organísmico.

Cada individuo tiene dos sistemas con los cuales puede alcanzar y comunicarse con el mundo. Uno de ellos son los sentidos del sistema sensorial, el "*awareness*", los medios para hacer descubrimientos. Este sistema existe con el fin de la orientación.

No es que este sistema conduzca las cosas hacia adentro en forma refleja; las imágenes y los sonidos del mundo no entran en nosotros en forma automática, sino que más bien lo hacen en forma *selectiva*. No es que veamos las cosas, sino que las *buscamos y escudriñamos*. No es que oigamos todos los sonidos del mundo, más bien *escuchamos*.

Cuando la figura que está en primer plano es muy fuerte, cuando estamos muy fascinados con la escena o con algunos sonidos, el fondo retrocede hasta llegar a olvidarse.

Lo mismo se puede aplicar a lo motor, al sistema muscular, mediante el cual nos acercamos, cogemos, destruimos, jugamos y nos encaramos con el mundo.

Ambos sistemas son cooperativos e interdependientes. Al mirar, movemos los ojos y la cabeza. Al escuchar "paramos" la oreja, y, por así decirlo, volvemos la cabeza hacia el lugar de donde proviene el sonido; incluso podemos esforzarnos para ver y escuchar.

Lector: Eso parece muy plausible, pero he descubierto una inconsistencia en tu teoría. Primero dijiste que todo es "*darse cuenta*" y ahora guardas "*el darse cuenta*" únicamente para el sistema sensorial.

No. No soy inconsistente. Los sentidos sirven para la orientación dirigida hacia el ambiente, hacia la ZE. Todos los organismos tienen suficientes sentidos internos que les sirven para orientarse dentro del propio organismo. Al emprender algo probamos la cantidad de contracción

muscular, el esfuerzo requerido para diferentes tareas. Recibimos señales de cada órgano, incluso de los huesos, a pesar de que el propio tejido nervioso tiene un mínimo "*awareness*" de sí mismo.

Nuestra pseudo división —porque en realidad se trata de una cooperativa en sistemas de orientación y en sistemas de supervivencia, nos da una mejor visión sobre la relación del hombre con su cultura. El hombre ha necesitado expandir ambos sistemas como una manera para lograr una orientación mejor; ha inventado los microscopios y los telescopios, los mapas y el radar, la filosofía y las enciclopedias, etc. Para hacer frente mejor al mundo, hemos inventado símbolos y lenguaje, herramientas y máquinas, computadoras y cintas transportadoras, etc.

La teoría del arco reflejo equivoca el centro. Es mediante el llegar hacia el mundo de afuera con la orientación y el enfrentarnos con el mundo que logramos un centro. Resulta así que la mecánica insensata se ve reemplazada por la responsabilidad sobre nuestra existencia.

El descubrimiento de la racionalidad, incluyendo a la lógica, la posibilidad de hacer mediciones y demás juegos de números, han de ser, lejos, la extensión más importante del potencial humano. También son de importancia el uso y el mal uso que hace el hombre de su fantasía: invenciones que sirven para fines constructivos o destructivos —arte que enriquece y degrada las relaciones naturales del hombre con la belleza. Las religiones y los códigos morales, que pueden tanto liberar como restringir la interacción entre los hombres, aparecen como una mezcla de fantasía y racionalidad. El absolutismo del bien y del mal es algo que tiene que ser negado categóricamente.

Perro de arriba: ¿Qué es lo que estás rumiando ahí sentado? Sé que bajo el poncho tienes escondidas algunas ideas sobre la ética.

Perro de abajo: Claro que las tengo. Pero es medianoche y además estoy cansado. No quiero continuar ahora. Me siento satisfecho de como expuse lo del sistema motor y sensorial.

Perro de arriba: Bien, vete a dormir.

Perro de abajo: Tengo demasiada flojera. Me gustaría una merienda de medianoche.

Perro de arriba: ¡Ajá! ¡Ahora ves lo que conseguiste al dejar que Teddy se llevara el refrigerador.

Perro de abajo: Eso ocurrió porque los ruidos que hacía interferían nuestros equipos sonoros. Teníamos bastantes dificultades con el zumbido de línea, además del ruido de la rompiente y el eco en la sala central. Compré un equipo caro para mi aventura en video y sostuvimos una lucha continua con las dificultades técnicas. Muchas veces sentía al hombre como esclavo de sus máquinas. Y muchas veces, cuando más lo necesitaba, la grabadora de video quedaba en *panne*.

Perro de arriba: Pobre Fritz. Si me alcanza el tiempo tendré lástima de ti mañana.

Perro de abajo: Mono sabio. Ya lo sé, no tuve que meterme en todo esto, pero imagínate si hubiéramos tenido grabaciones y películas de Freud, Jung y Adler. ¿No hubiera sido interesante acaso? No tendríamos que adivinar y basarnos únicamente en descripciones verbales.

¿Sabes una cosa perro de arriba? Me estoy comenzando a sentir más cómodo en tu presencia. De ahora en adelante te voy a llamar a ti T (de *top-dog*) y yo seré U (de *under-dog*) y tendremos muchas conversaciones juntos. ¿Qué te parece?

T: De acuerdo. ¿Y qué hay de tus "lectores"?

U: Puede que mucho de lo que ellos digan lo ponga en boca tuya. De todos modos tú eres yo y también debe serlo el lector, ya que vive fundamentalmente en mi fantasía.

T: Bien. De ahora en adelante te voy a mantener a raya. Estabas reclamando por tu grabadora de video. Parece que no te gustan los aparatos.

U: Al contrario. Asómate a mi tarro de basura y verás. Aquí están las radios que construí, aquí hay máquinas fotográficas y filmadoras, equipo de cuarto oscuro. Esta hermosura de Sudáfrica. Un modelo de alas de avión de metro y medio con un motorcito. Incluso volaba. Y aquí hay un modelo de una invención de la cual estaba muy orgulloso.

T: Tiene una hélice. ¿Será una máquina voladora?

U: No exactamente. Es un motor de todos los tiempos¹⁸. Es muy simple y tiene pocas piezas movibles. Se coloca un motor de dos tiempos en cada lado del eje de la hélice. De modo que el pistón se empuja hacia arriba con un motor y hacia abajo con el otro y la hélice gira alrededor de la curva del seno de la manga.

T: Eso es demasiado técnico para mí. ¿Pero funciona?

U: El modelo mecánico funcionó, me hicieron el diseño para el motor a gasolina pero nunca lo construí.

T: ¿Patentaste tu invención?

U: No. Nunca me ocupé de ello. Una vez que vi que podría funcionar ya no me preocupé más.

T: En realidad eres bien estúpido. Podrías haber ganado mucho dinero.

U: ¿Y verme envuelto en toda la burocracia y convertirme en un industrial y perder mi libertad? ¡No, gracias!

T: ¿Alguna otra invención en tu tarro de basura?

U: Sí, una muy buena pero no puedo patentarla.

T: ¿De qué se trata?

U: Es un acuafiltro (o filtro de agua).

T: Eso no es un invento tuyo. De hecho existen y están siendo fabricados.

U: Sí, pero siempre se necesita andar con unos cuantos de ellos y eso es una joda.

18. Se trataría de un motor hipotético de combustión interna. Los motores reales de combustión interna son de dos o cuatro tiempos. (N. del T.).

Frederick Perls

- T: ¿Y qué hay del cigarrillo Waterford? Tienen un glóbulo que se aplasta en el extremo del filtro y el filtro se transforma en un acuafiltro.
- U: Andas más cerca. Durante largo tiempo he dejado de ver la propaganda del Waterford. La ventaja es que no habiendo selección, se está sujeto a esa única marca.
- T: Ahora sí que estoy intrigado. ¿Cuál es tu invención?
- U: Inventé un sistema mediante el cual se hace un acuafiltro de cualquier cigarrillo con filtro.
- T: ¿Cómo lo haces?
- U: Lo empapo en saliva.
- T: Ya sabía que te estabas mofando de mí. Ustedes los perros de abajo, cada vez que nos pierden el miedo, empiezan a ridiculizarnos.
- U: No, esta vez no. Admito que somos buenos contrincantes. Cuando ustedes los perros de arriba tratan de controlarnos con matonajes y amenazas, nosotros los controlamos con “mañana”; le pongo tanto empeño, pero no me resulta; se me olvidó; te lo prometo. Tienes que admitir que el perro de abajo gana más veces de las que pierde.
- T: Bueno, ¿y de qué sirve esa invención?
- U: Yo mismo la uso. No se debe soplar demasiada saliva dentro del filtro, porque el papel se ablanda y eventualmente se pierde el extremo donde está el filtro. El agua enfría el aire caliente y los gases que llevan consigo gran parte de la sustancia venenosa. El fumar se hace suave. Pruébalo tú mismo.
- T: ¿Y para qué toda esta pelotera? Basta con que abandones el cigarrillo. Tú dices que tienes un corazón enfermo y sabes lo mal que te hace el cigarrillo.
- U: ¡Santo cielo! ¿Otra vez nos vamos a adentrar en eso? Cada puta que no encuentra con qué joderme me ataca por el cigarrillo. No dije que estoy enfermo del corazón. Dije que estuve enfermo del corazón. Me he mejorado.

Dentro y fuera del tarro de la basura

- T: ¿Dónde comenzamos? Con tu hábito de fumar, si es que crees que esto a mí me puede interesar.
- U: Déjate de hablarme con ese desprecio. Por ahora estamos casados, para bien y para mal, hasta que el editor nos haga separar.

Quando éramos muchachos teníamos escondites secretos en un subterráneo, en el patio de atrás de mi casa. Lo único que hacíamos era fumar, depositar nuestra mierda y declarar nuestra independencia de los mayores. Entonces tenía ocho arios y dejé de fumar hasta el final de la guerra. Desde luego que mis camaradas siempre estaban de acuerdo con que yo abandonara el cigarrillo porque ellos recibían entonces una ración extra. Cuando vino la paz —no, fue más bien el armisticio— yo estaba en una tremenda confusión. Estaba contento de que ésta se hubiese acabado, aunque yo estaba en una posición más o menos confortable. Había llegado a ser subteniente médico y como oficiales comíamos bien, claro que a expensas del resto del batallón. El puerco de mi capitán era alcohólico. Teníamos en casa un buen surtido de vino de Palestina. Todos los meses me mandaba a Berlín a buscar unas cuantas botellas.

“Esto me parece plausible. ¿Me quieres decir que debías viajar todo este camino desde el frente únicamente para buscar unas pocas botellas de vino?”

No tenía que hacerlo, pero igual me gustaba. Más que nada estos viajes se convertían en un permiso que duraba una semana entera. Como oficial podía llevar algunas provisiones a mis familiares, a expensas de los conscriptos. Como oficial viajaba en carros con sillones tapizados.

Cuando al cabo de nueve meses en las trincheras volví a casa por primera vez, me sorprendí de la blandura de mi cama. Creía que iba a dar derecho al suelo. Era muy suave comparada con el montoncito de paja que usábamos en esas trincheras infectadas de ratones.

En otra oportunidad, alguien me dio una entrada para una representación de *Figaro* en el Teatro Real de la Ópera. Me conmoví tanto por su belleza, en contraste con la mugre y el sufrimiento en las trincheras, que tuve que abandonar la sala y me puse a sollozar desde el fondo de mi cora-

zón. Esta es una de las pocas veces que me he visto profundamente conmovido por la emoción.

“Dijiste que en la segunda parte de la guerra estabas más o menos cómodo”.

Estúpido. La cama y el episodio en la ópera ocurrieron mucho antes, en mi primer permiso. Entonces aún era soldado raso.

Luego de la derrota, marchábamos diariamente durante veinte horas. No había casi nada de comer. Fue entonces que comencé a fumar y, desde ahí, no he dejado de hacerlo.

El Dr. Leuschke, profesor universitario que me trató dos años después por un ataque de pleuresía, me decía que diez cigarrillos sin aspirar eran equivalentes a uno aspirado. Desde entonces, rara vez aspiro los cigarrillos.

En 1936 tuve muchos problemas al corazón. Sufría de unos ataques de angina tan dolorosos, que estuve contemplando, seriamente, la posibilidad de suicidarme. La Dra. Danzig, mi hermosa, cálida y humanitaria cardióloga, me encontró una severa descompensación cardíaca. Las drogas ayudaban bastante, pero la agonía persistía. Y prefería matarme antes que abandonar el cigarrillo.

Luego vino Esalen, que le hizo mucho bien a mi corazón. Los dos factores principales fueron: me liberé del smog de Los Ángeles y me puse en tratamiento con Ida Rolf.

Ahora fumo sin cesar, principalmente en las sesiones. Fumo cigarrillos suaves, incluso a veces cigarrillos *Bravo*, esos hechos de lechuga, y rara vez los aspiro. Estoy seguro que al deshacerme de mi autoimagen, voy a poder abandonar ese hábito asqueroso. Estoy seguro que escribir me tiene que llevar hasta ese punto. En mí no funciona el temor a la muerte, porque no me interesa mucho vivir. Hay aún algo más escondido detrás de la cortina de humo. Me gustaría llegar a ser la prueba viviente de mi teoría.

“Introdujiste un nombre nuevo: Ida Rolf. ¿En qué forma ella te ayudó?”

Con su tipo especial de reacondicionamiento físico. Pero no estoy preparado aún para discutir el trabajo de la “sra. Codo”. Déjala esperar en el tarro de la basura. También ella me hacía esperar, incluso durante meses.

“Dices que su trabajo es un reacondicionamiento físico. Esto parece indicar que súbitamente suscribes la dicotomía entre lo mental y lo físico”.

No. En absoluto. El organismo es un todo entero. Del mismo modo que se pueden abstraer funciones bioquímicas, conductuales, vivenciales, etc., y hacer de una de ellas nuestra preocupación específica, también se puede abordar al organismo total desde aspectos diferentes, siempre que estemos conscientes de que un cambio en cualquiera de estos aspectos, produce un cambio en cada uno de los demás aspectos correspondientes.

Con bastante éxito pude usar términos—como “orientación”— que son centrales, unificados y por ende operacionales, en muchas esferas. Pudiera ser que algún día lleguemos a tener un lenguaje y una terminología que realmente valga la pena y sirva al enfoque holístico. Entretanto, tenemos que hacer uso de torpes circunloquios.

Uno de estos términos es la expresión “psicosomático”, como si la psique y el soma existieran en forma separada y sólo se juntaran en algunas oportunidades.

En Alemania, por ejemplo, utilizábamos el término de “neurosis del corazón”, para un síndrome compuesto de taquicardia, transpiración y temblor leve. Algunos veíamos esto como el resultado de una función tiroidea aumentada, mientras que otros como resultado de la angustia.

“De acuerdo a tu punto de vista holístico, sería el resultado de ambas cosas”.

No, no se trata de un *resultado*, sino que, más bien, de *una identidad*.

Tengo bastantes justificaciones para hablar ahora de la angustia, en particular, de su relación con aspectos fisiológicos, fantasiosos y del hacerle frente a la vida.

Llamamos a nuestro tiempo la “era de la angustia”.

La definición que da Freud a la curación de una neurosis, es de liberación de la angustia y de las culpas.

Muchos psiquiatras le temen a la angustia y evitan angustiarse a sus pacientes.



Frederick Perls

Goldstein ve la angustia como el resultado de las expectativas catástroficas.

En cuanto a explicaciones, nuevamente vemos al psicoanálisis en primer plano. Freud, con su orientación al pasado, aparece con el trauma del nacimiento y la represión de la libido; Reich y Adler con la represión de la agresión, y alguien más (no recuerdo cuál de todos los discípulos de Freud) con la presión que hace el instinto de la muerte. De modo que pueden escoger a su gusto.

Yo rechazo la explicatoriedad por ser un modo de intelectualizar y evitar el verdadero entender.

Para mí, la angustia es particularmente importante, porque "abre la puerta" que conduce hacia los aspectos dinámicos del funcionamiento del organismo.

"No entiendo tu raciocinio. Para mí, la angustia es una disfunción, un factor perturbante que a veces alcanza, como tú mismo lo has dicho, el status de una enfermedad".

Paciencia, querido. Admito que la expresión "abre la puerta" está mal empleada. Quedarías satisfecho si te digo que me da una oportunidad o una "excusa para".

"Sí, querido".

¿Qué te pasa? ¿Te estás poniendo confianzudo? Quédate callado un momento y escucha lo que yo tengo que decir acerca de la dinámica normal. ¿O. K.?

"O. K., pero volveré. ¡Andate con cuidado! Pero permíteme recordarte tu famosa afirmación que señala que es la situación inconclusa la que establece la dinámica, ya que cualquier situación inconclusa empujará para que la concluyan.

¿Sí, y me puedes decir cómo?

"Bebiendo agua, cuando se tiene sed".

Dentro y fuera del tarro de la basura

¿Y de dónde sale la energía? No hay ninguna máquina ni ningún organismo que pueda funcionar sin energía.

"Bueno, ¿y acaso el agua no logra una catexis libidinal?"

Admito que este es un buen término que usó Freud para la formación de la pareja figura/fondo. Los gestaltistas le llaman *Aufforderungs character*, o carácter de exigencia. El agua exige ser bebida.

"Esto me parece una estupidez. El agua jamás diría tal cosa".

No seas tan quisquilloso. Desde luego que el término no es más que una proyección poética, pero fenomenológicamente correcta.

"¿De modo que en este caso estás dispuesto a aceptar la libido?"

Sí, sobre todo si es que se siente un deseo sexual por esta agua. ¿Pero no sería más razonable reservar la libido para su connotación original de energía sexual?

"Entonces, aún podemos decir: ¿y de dónde proviene la energía para marchar hasta el agua?"

Ahora sí que estás hablando y mi respuesta es: no lo sé. Sólo puedo teorizar y suscribir un término intermedio. Eso sí que puedo hacer otra cosa en este proceso. Puedo incluir mi teoría sobre las emociones.

Ya antes dije que no suscribo la teoría de la defecación de Aristóteles y Freud. Yo no considero las emociones como una cosa molesta de la cual hay que deshacerse. Consideres o no la angustia como una emoción, de todos modos va a encontrar su sitio en esa teoría.

"¿Entonces estás usando el truco de la explicatoriedad?"

En parte sí, pero verás que también va a producir algo de entendimiento verdadero acerca de la naturaleza de la angustia.

"Bien, entonces, adelante".

Si lo dices tan dulcemente me siento inseguro de cómo comenzar. Hasta me haces retorcerme un poco.

"Ahora sí que me puedo reír de ti. Lánzate. ¿En un principio era qué? En un principio había algunos términos, algunos términos generales inventados por personas que sabían tan poco como yo acerca de lo que la energía específica orgánica realmente es. No quisieron comprometerse diciendo: "Es eléctrica, o mecánica, o libidinal, o lo que fuere". Por lo

que le dieron un nombre indiferente como el *élan vital* de Bergson, o la bioenergía, o la energía vital.

A mí me gusta usar el término *excitamiento*. Se puede vivenciar el excitamiento, y tiene afinidad por la propiedad específica del protoplasma, que es la excitabilidad. Este excitamiento proviene del metabolismo del organismo. Esa gestalt única, que desde el punto de vista de la sobrevivencia tiene la mayor significación, recibe la mayor cantidad de excitación y por ende, es capaz de emerger y de utilizar su excitamiento para orientarse y para hacerle frente a la vida.

Hay muchas ocasiones en que este enfrentamiento requiere de una cantidad extraordinaria de excitamiento y esto es lo que se vivencia como la emoción. En este caso, el excitamiento sufre una transformación hormonal que convierte los excitamientos indiferentes generalizados, en excitamientos más específicos.

Ya sabemos a ciencia cierta que la rabia y el miedo están relacionados con la producción de adrenalina, y el sexo con las glándulas de la procreación. Casi nada sabemos de la situación hormonal en la pena, en la alegría, en la desesperación, etc. Veamos cuál es el paso que sigue. Estas emociones no son sencillamente descargadas, sino que más bien son transformadas en energía motora: en la ira, se convierte en golpes y patadas; en la pena, en sollozos; en el deseo sexual... bueno, para qué les voy a hablar de esos ridículos movimientos.

Al haberse transformado y vivenciado plenamente todo el excitamiento disponible, habremos conseguido una buena conclusión, una buena satisfacción, la paz temporal y el nirvana. Una simple "descarga" sólo acarrea consigo la sensación de agotamiento y de desgaste.

Resumiendo, la excitación es tanto una experiencia como una forma básica de energía orgánica.

"Felicitaciones Fritz. Esto está muy bien dicho. Tu teoría se ajusta a los hechos. Incluso es posible que tu teoría de la transformación sea original. Tiene un solo defecto".

¿?

"Omitiste la angustia. ¿O es que estás mezclando el miedo con la angustia? En ese caso la angustia estaría conectada a la adrenalina y no a la tirotoxina".

Eres bastante agudo. Me gusta que seas parte mía. Pero a veces también eres tonto. Por ejemplo, podrías haber visto que tanto yo como otros vemos la angustia como un estado malsano, mientras que las emociones que acabo de describir no son más que el metabolismo emocional normal.

"¿Quieres decirme que la tiroides es anormal y produce la angustia?"

No seas idiota. Escucha. Déjate de payasear y ponte serio. Estoy escribiendo un libro científico y serio.

"No pongo en duda que estés escribiendo un libro, pero tu seriedad es asunto aparte. ¿Cómo es este asunto de la tiroides?"

Me imagino que la tiroides desempeña el rol de excitador general, algo que transforma ciertas sustancias químicas, como los carbohidratos, en excitación.

"Ahora estás saltando de un aspecto al otro, desde el aspecto bioquímico hasta el psicológico".

Ya lo sé. Estoy buscando a tientas. Déjame formularlo de este modo. La tiroides (en el caso de que fuera esta glándula) convierte las sustancias bioquímicas en bioenergía, como en el caso de un acumulador eléctrico, donde la energía química se transforma en energía eléctrica.

"Eso sí que me gusta. ¿Entonces la tiroides no tiene nada que ver con la angustia?"

Puede que sí. Digamos por mientras que una persona que produce demasiada hormona tiroidea —una persona tipo Basedow, sobreexcitada— es más susceptible de angustiarse que una persona normal.

"Entonces, ¿qué es lo normal?"

El punto cero. Es decir, cuando la producción de hormona tiroide es óptima. Si la producción es demasiado baja, tenemos el cretinoide aletar-

Frederick Perls

gado, estúpido y flojo. Su opuesto es el tipo Basedow que es todo vamos, vamos, vamos.

“¿De dónde provienen las sustancias químicas?”

De la asimilación de los alimentos, que luego se transforman en esas sustancias químicas.

“¿Y de dónde vienen los alimentos?”

Del supermercado.

“¿Y qué te hace ir al supermercado?”

Mi apetito.

“¿Y qué produce tu apetito?”

La falta de esas sustancias químicas.

“¿Y de dónde vienen esas sustancias químicas?”

De la asimilación de los alimentos.

“¿Y de dónde vienen los alimentos?”

Del supermercado. ¡Ya pues! ¡Córtala! Te estás haciendo el gracioso.

“No, estoy jugando con tu teoría de la gallina y el huevo. Bueno, no malgastes más el tiempo y danos algo concreto”.

Muy bien. ¿Entiendes el hecho de que la angustia siempre se refiere a algo del futuro?

“¿Te refieres a la definición de Goldstein en que la angustia es siempre el resultado de expectativas catastróficas?”

Te estás acercando. Estoy de acuerdo con lo de *expectación*. “Estoy ansioso por ver a mi amigo”. Esto es más bien positivo, no tiene nada de catastrófico.

“Sí. Puedo ver que estás ansioso por terminar este libro”.

En este momento, ¿qué es lo que *sabemos* del futuro?

“Casi nada, muy poco”.

¿Y qué es lo que sabemos del presente?

“Bastante, sobre todo si permitimos que lo que es, sea”.

Sí, doy un paso más allá y vuelvo a la filosofía de la nada (*nothingness*). El futuro nos aguarda con bastantes posibilidades, pero, en verdad, no sabemos *nada* acerca de la actualidad de este futuro. A lo más se puede decir que si nos damos cuenta de algo en el futuro, es únicamente gracias a

Dentro y fuera del tarro de la basura

la bola de cristal, si es que creemos en esto. Incluso si tuviéramos una bola de cristal, no nos daríamos cuenta del futuro, sino que, a lo más, tendríamos una *visión* del futuro, del mismo modo como no nos damos cuenta del pasado: sólo tenemos *recuerdos* del pasado.

Ahora bien, mi primera tesis es: *la angustia es la tensión entre el ahora y el después*. La brecha entre el ahora y el después es un vacío que se llena con planes, predicciones, expectativas razonables y pólizas de seguro. Se llena de repeticiones habituales. La inercia es lo que le impide a uno tener un futuro y nos aferramos a la *igualdad*, a la monotonía, al *statu quo*. Para la mayoría de las personas el futuro no es más que un vacío estéril.

Veamos ahora cuál es la forma más usual de angustia: el pánico o temor de escena. Me siento inclinado a decir que todas las angustias son formas de pánico de escena. Cuando no se trata de pánico de escena, (es decir, cuando no está relacionado a una actuación) entonces el fenómeno en cuestión es sencillamente miedo. ¿O es que la angustia es un intento de sobreponerse al terror de la nada que a menudo aparece en la fórmula nada=muerte?

Cuando se le pedía a Schneider-Gelb, el soldado paciente de Goldstein, con daño cerebral, que realizara una tarea abstracta, se angustiaba mucho.

“¿Y por qué no podía decir que no podía o no quería hacer la tarea?”

Porque estaba *ansioso* por actuar. Sin estar *ansioso por*, excitado ante la posibilidad de actuar, no habría habido oportunidad para generar la angustia.

Ahora podemos juntar esto con el segundo estrato de mi teoría de la neurosis: el nivel en que se representan roles. Basta con que algunas veces no nos sintamos completamente seguros en nuestros roles, para angustiarnos.

Y juntamos la *fantasía* con el *dictum* de Freud, que pensar es trabajo de ensayo. Al no estar seguro de nuestros roles, los ensayamos.

Frederick Perls

Y juntamos esto con el hecho que toda la realidad transcurre en el *ahora*, y que tan pronto como dejamos la seguridad de estar en contacto con el presente y saltamos en fantasía hacia el futuro, perdemos el apoyo de nuestra verdadera orientación.

Y juntamos la autoactualización versus la actualización del *autoconcepto*, fuente permanente de angustia.

Y juntamos la dinámica de la excitación. Cuando la transformación del excitamiento en emociones y enfrentamiento se ve impedida, estancada, se llega a tener un exceso de excitación.

Ahora podemos comprender el rol que tienen los tranquilizantes en la psiquiatría moderna. Con la lobotomía privamos al paciente de su vida fantasiosa y con los tranquilizantes lo privamos de su vitalidad, desquiciada por la mala distribución de su excitamiento.

La connotación de angustia proviene de la palabra latina *angoustia*, la angostura, el paso estrecho. La excitación no puede fluir libremente a través del cuello de botella que lleva hacia la transformación. También se refiere esta palabra a la estrechez del pecho.

Así llegamos a los aspectos fisiológicos de la angustia.

La movilización de esta sobreexcitación requiere de más oxígeno. El corazón se acelera para proveer más oxígeno, porque en la expectación sujetamos el aliento.

Esto exige del corazón una carga adicional y el médico, por lo general, le recomienda al paciente cardíaco mantenerse alejado de las sobreexcitaciones.

La teoría de Freud, en que la angustia es considerada un trauma del nacimiento, es un retroceso al pasado. En la angustia, la respiración anda mal. La represión de la libido, de la agresión, etc., es el bloqueo de la excitación.

Tengo varias películas filmadas en que se ve claramente que el pánico de escena desaparece tan pronto como el paciente se pone en contacto con el presente y abandona su preocupación por el futuro.

No empujes el río, fluye por sí solo.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Empiezo a darme cuenta de que soy mucho más complicado de lo que suponía.

Empiezo a darme cuenta de las tremendas dificultades que voy a tener para terminar, incluso para continuar con este manuscrito.

Empiezo a darme cuenta de la pugna existente entre la necesidad de relatar cosas y planificar, por un lado, y el flujo espontáneo, por el otro.

Se me está haciendo cada vez más difícil ser honesto y traer acá a personas que aún están vivas.



Comparado con aquello, es mucho más fácil vivir de abstracciones, fabricar teorías y jugar juegos de calzar.

¿Acaso calza la palabra al hecho? ¿Esta indumentaria se adecua a la ocasión? ¿Este programa calza con mi potencial? Calzar, calzar, adecuar. Calzar y comparar. ¿Qué otros juegos podemos jugar? ¿Mi modo de vivir llena tus expectativas? Compárame con tus otros amantes. ¿No soy acaso el mejor?

Calidoscopio de vida. Fui a la posada. Desayuno. Nixon ganó en el primer escrutinio. ¿A alguien le interesa la política?

Vivimos en otro mundo.

Fue una mañana muy especial. Me sentía en un estado de ánimo desesperado, exigencias tontas e innecesarias. Fumé mucho, faltaron mu-

Frederick Perls

chos latidos. Me quería retraer, le dije a Teddy que se fuera y me dejara solo. Los cineastas, que filmaron el encuentro Fritz-Maharishi, volvieron para filmar un metraje adicional para otra escena. Este era un encuentro con John Farrel, que hacía las veces de un hombre joven en busca de una solución para la juventud americana. Esta escena la habíamos filmado en los baños.

Me alegró el que eso me sacara del torbellino. Esto era algo simple de hacer.

Fue algo similar, pero en menor escala, a lo que sentí cuando me presenté como voluntario en el ejército. Inesperadamente resultó que el entrenamiento era un gran alivio de la responsabilidad. Se me enseñó cómo saludar a un oficial, cómo marchar, cómo hacer la cama, etc. Ninguna elección por hacer, ninguna decisión que tomar.

Al igual que en los días de la escuela secundaria, estaba de nuevo viviendo varias vidas a la vez.

Habían concluido mis días en el *Mommen gymnasium*. Ese colegio fue para mí una verdadera pesadilla. En la escuela elemental yo daba por hecho ser el primero de mi curso. Me gustaba mi profesor y la escuela era un juego de niños. Antes de entrar a la escuela ya sabía leer y sabía las tablas de multiplicar.

Advierto lo rápido que voy regresando desde hacer películas, al ejército, a la escuela secundaria, a la escuela primaria, a mi época de preescolar. ¿Será que quiero comenzar desde el principio?

Al decir que miramos de frente al futuro, estamos completamente equivocados. El futuro está vacío y caminamos, por así decirlo, ciegamente, dándole nuestras espaldas al futuro. En el mejor de los casos, vemos lo que dejamos atrás. Ahora estoy mirando hacia un pasado lejano. Gran parte de él está sumergido en la niebla; algunas abstracciones parecen ser verdaderas. Al decir de las personas dianéticas, están en el cárdex de mi memoria. Sin lugar a dudas, algunas son réplicas exactas. Un padre, una

Dentro y fuera del tarro de la basura

madre, dos hermanas mayores, algunos parientes cercanos por parte de mi madre y otros menos conocidos por parte de mi padre. La casa que habitamos desde que tenía cuatro años de edad y en la que vivimos cerca de doce años.

La primera vez que visité Berlín al terminar la Segunda Guerra Mundial, vi con asombro simbólico que toda la cuadra había sido demolida con la sola excepción de aquella casa: *Ansbacher Strasse 53*.

El recuerdo más temprano que tengo es el momento de mi concepción.

“Esto sí que es lo más increíble que jamás he escuchado. Sé muy bien que tienes una buena imaginación, pero esto es tan descabellado que no te lo va a creer nadie”.

Dije claramente: recuerdo. Es imposible que diga que de hecho ocurrió así. No soy muy dado a las interpretaciones fáciles y si te agrada puedes tomar esto como un síntoma de mi locura, bienvenido seas.

He tomado LSD muchas veces y silocybina alrededor de doce veces. Para mí la silocybina es más que nada una droga retrospectiva e integrativa. Las primeras tres sesiones comenzaron con una confluencia de dos energías opuestas. Su intensidad fue disminuyendo y había desaparecido por completo en la tercera sesión. Una de estas fuerzas tenía mucho colorido y la vivenciaba como invadiéndome. Esta fuerza permeaba a un yo muy desgastado y brumoso, en ondas rítmicas muy lentas que duraban alrededor de un minuto.

“¿Y cómo puedes concluir que eso es el momento de tu concepción? ¿No te sentiste acaso como un espermio y un óvulo?”

Correcto. Podrías llamarlo el Yin y el Yang o la sustancia masculina y femenina en el sentido de Weininger. El sostiene, y estoy de acuerdo con él, que cada uno de nosotros tiene sustancia masculina y sustancia femenina y que el hombre puramente masculino y la mujer puramente femenina son muy raros. Mis propias observaciones tienden a confirmar esto. En muchas neurosis, como asimismo en muchas psicosis, vi la sustancia masculina

Frederick Perls

na y femenina en un severo conflicto; en el genio veo que los opuestos están integrados. La división entre derecha/izquierda es acentuada en la neurosis, mientras que la ambidestridad se acentúa en el genio.

“¿Y alguna vez llegan a equilibrarse?”

En Leonardo da Vinci veo un equilibrio perfecto. Miguel Ángel tiene acentuada la masculinidad y Rainer María Rilke, mayor femineidad.

“¿Y dónde te sitúas tú?”

Me demoró mucho tiempo aceptar que la gente me considerara un genio. Me tomó otros tres meses el que me importara un bledo.

Sin embargo, creo fuertemente en la integración. He logrado unificar bastantes fuerzas opuestas en mí y aún hay otras que vendrán más adelante. Supongo que ya estará claro que la terapia gestáltica no es un enfoque analítico, sino que, más bien, es un enfoque integrativo. Esto se hará más claro aun cuando estemos listos para hablar de terapia.

“¿Puedes recordar el momento de tu nacimiento?”

No. Pero he llevado a unos cuantos pacientes míos a través de una experiencia semejante al nacimiento. En una de mis películas grabadas en video, que se llama “Louise”, se puede presenciar uno de estos casos. Trabajamos un sueño y en él daba un grito que era indicador claro de un parto incompleto. Una de las cosas interesantes que aparecieron fue la evolución de sus gritos yendo desde los ruidos que hace un bebé recién nacido hasta el de un niño enfadado y hambriento. Es interesante hacer notar que no hubo nada de angustia en todo este trabajo. Esta película será parte de un libro de medios múltiples que se llamará: *Eyewitness to Therapy*.

Mis recuerdos de nacimiento se reducen a los que tuve en una sesión con anhídrido carbónico (CO₂) en que al despertar me encontré en una postura y moviéndome como un recién nacido. Cuando bostezo lo hago como un hipopótamo o un niño recién nacido. Se me ha dicho que nací con forceps, y que no fui amamantado adecuadamente debido a una infección en los pezones de mi madre y que luego fui un caso cuasi fatal de *Brechdurchfall*, con vómitos y diarrea. Nunca tuve un recuerdo de eso.

Dentro y fuera del tarro de la basura

“¿Podrías decir que tuviste una infancia feliz?”

De todos modos, al menos hasta que entré al *gymnasium*. Me gustaba la escuela y el patinaje en hielo. Era muy amigo de mi hermana Grete. Grete era bastante ahombrada, un gato montés con pelo porfiadamente rizado. El hombre con quien se casó, llamado Soma Gutfreund, era una especie de “don nadie”, reparador de violines, vendedor y además tocaba el violín. No debe haber tocado demasiado mal ya que Piatigorski frecuentaba su tienda donde hacían cuartetos.

No me gustaba para nada. Tenía la propiedad de dar unos aburridísimos discursos como si fueran verdaderas perlas de sabiduría. Al igual que muchos otros judíos, no abandonaron la Alemania hasta que la SS. entraron a su tienda y destruyeron la mayoría de sus instrumentos.

En aquel tiempo no eran muchos los lugares donde podían ir los judíos. Pudieron llegar hasta Shangai donde padecieron por el calor y también por la guerra. De ahí se fueron a Israel donde sufrieron hambre, hasta que los ayudé a entrar a los Estados Unidos donde, al menos él, sufrió por el idioma.

Murió hace ya algunos años, pero Grete se ha adaptado bien. Es muy parlanchina y nerviosa. A pesar de esto, nos queremos muchísimo y se enorgullece de que su otrora hermano “oveja negra” se esté haciendo famoso. “Si sólo mamá hubiera visto esto”. Siempre me envía los más caros y exquisitos dulces europeos.

En realidad mamá hubiera estado muy orgullosa. Era muy ambiciosa conmigo y no correspondía para nada al tipo de “madre judía”. En aquella época mi padre la mantenía siempre con escaso dinero y nos contentábamos con tener lo suficiente como para comer. Era muy buena cocinera y nunca nos obligaba a comer. Su padre fue sastre y a pesar del ambiente en que se crió, su interés por el arte —en especial por el teatro— era bastante excepcional. Juntaba monedas de modo que pudiéramos comprar entradas para estar de pie en el Teatro Kroll, anexo a la Ópera y Teatro Imperial. También quiso que tomara lecciones de violín y de natación. Mi padre no nos daba dinero para nada de esto. Ella podía pagar sólo las clases de natación. Me convertí en una, verdadera rata acuática.

Frederick Perls

No me gustaba Else, mi hermana mayor. Era muy adhesiva y siempre me sentí incómodo ante ella. También tenía serios problemas a la vista. Me disgustaba enormemente la idea de que algún día tendría que cuidarla, tal vez estaría apesadumbrado por su presencia en mi casa, una carga demasiado pesada para un gitano como yo.

Al tener noticia de su muerte en un campo de concentración, no fue mucho lo que me entristecí.

“¿Y no te sentiste culpable?”

No, siempre estuve resentido con ella.

“¿Qué tiene que ver una cosa con la otra?”

Detrás de cada sentimiento de culpa está el resentimiento.

“¿Cómo se convierte el resentimiento en culpa?”

Tienes que creer en mi palabra. Tendría que adentrarme en la topología para lograr explicártelo.

“Atrévete a hacerlo”.

No, no lo haré.

“Las culpas y los resentimientos son emociones. ¿Cómo logras deshacerte de ellas? ¿Golpeándote el pecho diciendo al mismo tiempo: *Pater pecavi?*”

No, esto no sirve.

“Pero para ser una persona sana tienes que deshacerte de ellas, no es verdad? ¿No decía Freud acaso que un individuo sano es aquel que está libre de angustia y de culpas? Tú que haces terapia a los demás explica entonces”.

Jode, jode y jode.

“No me puedes hacer esto a mí. Te olvidas de que somos uno y estamos jugando. Titubeas y eso me hace estar *resentido* contigo”.

¿Y no te sientes *culpable*?

“No, pero *tú* sí que debieras sentirte culpable”.

Uno se siente mucho más noble al sentirse culpable en lugar de resentido, y requiere más coraje expresar el resentimiento que las culpas. Al expresar las culpas uno trata de apaciguar al contrincante; mientras que al expresarle el resentimiento, puede suscitarle mayor hostilidad.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Al releer el párrafo anterior tuve la sensación de estar nuevamente representando un rol, el rol del profesor. No me importa hacer roles. No me gusta esta aridez, esta falta de compromiso. Me gusta yo mismo muchísimo más cuando pienso o escribo con pasión, cuando estoy incitado.

“Permite que la excitación llegue a la pluma

Ruge como el trueno

No te importe si de vez en cuando

Dices un disparate

“Mejor estar vivo y fracasar

Todas tus queridas ambiciones

Tira directo al tarro de la basura

Todo lo que carece de nutrimento.

“Déjame bailar y dame alegría

Clima bueno o clima malo

No estés ansioso, ni seas coqueto

¡Bailemos juntos!

Estaré resentido si aburres

Esto no lo puedo admirar

Fornicando como una puta frígida

En lugar de fuego ardiente.

“Yo estaré resentido si no

Me das todo y ordenado

Exijo que comprometas

lo que eres, enteramente.

“¡Exijo que estés aquí

En el ahora y directo!

Frederick Perls

Apasionado y claro como el cristal
¡¡¡Quiero que seas perfecto!!!”

¡Hijo de puta! Sentado ahí y haciéndome exigencias imposibles. Quieres que me sienta culpable si no lleno tus expectativas. Más que resentido contigo, estoy furioso y te odio. ¡Dios Todopoderoso! Me estás confundiendo al igual que Freud. ¡Como si el superego y el ideal del ego (ego-ideal) fueran la misma cosa! ¡No señor! Tú eres la conciencia virtuosa y normativa, el superego y quieres que yo sea tu (ego-ideal) ideal del ego. Primero me engatusas con frases como: “Sencillamente sé tú mismo” y luego sales con: “Sé tú mismo pero al modo como yo quiero que seas”. Usas el mismo truco que todas las religiones, haciendo exigencias imposibles y luego sacándole a uno su libra de carne “como si” yo estuviera en deuda contigo, “como si” yo te debiera algo.



Ahora soy un guía de turistas:

Señoras y Señores, ahora nos vamos del país del organismo y su elegante modo de recuperarse de los desbalances. Dejémos que el organismo concluya solo sus situaciones inacabadas.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Estamos adentrándonos en el país del comportamiento social, con sus desbalances y sus situaciones inconclusas. Este es el país del “debiera serismo” (*shouldism*), de las exigencias. El país de los imperativos.

“Te crees muy gracioso, ¿verdad?”

No, en realidad no. Intenté serlo. A veces puedo ser muy gracioso, un buen comediante. No lo puedo hacer deliberadamente, tiene que ser en su oportunidad.

Quise crear una transición para llevar la discusión hacia las “relaciones interpersonales” como llamaba Sullivan a su enfoque, pero resultó ser un truco falso.

“Si estás atascado, te sugiero que vuelvas atrás y hagas un poco de aseo”.

Dame un ejemplo.

“Dejaste muchas cosas inconclusas”.

No aparece nada que me resulte estimulante. No emerge ninguna situación inconclusa.

“¿Y qué me dices de Ida Rolf? Quisiera saber de qué modo ella te ayudó. ¿O es que prefieres hablar de la función orgánsmica del resentimiento y de las culpas?”

No, no podría hacerlo con respecto a las culpas. Las culpas son un fenómeno social, mientras que el resentimiento es un fenómeno orgánsmico. Una de las debilidades de la teoría Freudiana es haber mezclado las funciones orgánsmicas con las funciones sociales.

Las etapas orales y genitales son etapas orgánsmicas. La etapa anal es social. Es el resultado de un entrenamiento prematuro hacia la limpieza. Por lo tanto la teoría orgánsmica de Freud es incorrecta. La libido, el inflado término que emplea para denominar a la excitación, no anda dando saltos desde la boca hasta el ano, pasando de ahí a los genitales. Sin embargo, sus observaciones acerca de la sexualidad infantil y de las dificultades anales, incluyendo la tesis de Abraham sobre el carácter anal, son de un valor incalculable.

“Veo que estás bostezando. No parece estar muy estimulado por esta discusión: ¿Podrías dejar de estar aferrado a Freud? Él vivió su vida y tú estás viviendo la tuya”.

Frederick Perls

¿No ves acaso lo que estoy haciendo? Hago esto para aclarar mis propias ideas. Y lo que es más, la mayoría de los siquiátras creen en Freud. Al desarrollar Darwin su teoría de la evolución, no pudo evitar el verse envuelto con aquellos que creían en la Biblia.

Interrumpí aquí el manuscrito y me fui a la máquina de escribir para continuar el entrenamiento que comencé hace pocos días. Es la primera vez que escribí a máquina una frase relacionada con este libro.

Estoy bostezando, bostezando. Estoy evitando adentrarme en mis dificultades anales y luchar con mi madre por mi constipación. Sólo sé que me daba supositorios de jabón y la odiaba cuando hacía eso. Lo demás son conjeturas.

Estoy bostezando, bostezando. Aún es temprano, aún no es medianoche. Por lo general escribo hasta las dos de la madrugada e incluso a veces hasta más tarde.

Perro de arriba, tienes toda la razón. Tenemos que hacer un poco de aseo. Los pedazos que aparecen –Freud, Ida Rolf, mi constipación, la pérdida del estímulo, el irse prematuramente a las relaciones sociales–, aún no forman una Gestalt.

Teddy me decía que la parte anterior del manuscrito iba haciendo un zigzag, asociaciones un tanto esquizas.

“Ella tiene razón. Veamos dónde estamos”.

Bostezos y más bostezos. Esto parece que se está convirtiendo en un síntoma. ¿Aburrimiento? Comencé este libro como un antídoto al aburrimiento. Me estimuló, pude liberar mucha energía. Ahora me excita la siguiente idea: ¿Será que esta nueva ola de aburrimiento es el presagio de otra fuente de energía que está por venir? ¿Este estado de aburrimiento será un estado implosivo?

Dentro y fuera del tarro de la basura

“Podría ser. Calza bien con el tema del hacer aseo. ¿No has hablado aún de la implosión? ¿Recuerdas tu teoría de la neurosis?”

¡Desde luego que sí! El impasse. ¿El *punto enfermo* según los rusos? ¿El centro de la neurosis? Sí, ya es hora de hablar de ella. Y dejar de lado las rumiaciones y tenerlas bajo control. Implosión. Una buena palabra. Explosión: fuerza sin restricciones que vuela centrífugamente al espacio. Explosión emocional: envolviendo al mundo con furia y también con amor. ¡Fuerza aterradora, enjaézala!¹⁹ Desvíala, sublímalas. No siempre resulta. Todo o nada. Explótala o implótala.

Implosión, la fuerza de la contracción, la fuerza de la gravedad. Sin fuerza el mundo se haría pedazos, flotaría en el espacio, se desintegraría. Implosión, una palabra nueva en el vocabulario del hombre común. Acabo de leer en los diarios que el submarino *Scorpion* implotó, 12.000 pies de presión de agua lo cubrían. El casco no pudo resistir más y se aplastó. El navío, ahora más pequeño, descansa con su tripulación en el fondo del océano. Nuestras implosiones no son tan intensas, como tampoco lo son nuestras explosiones emocionales.

En un motor diesel el pistón comprime al gas, lo implota, con lo cual genera el suficiente calor para explotar, una explosión enjaezada. En motores de otros tipos tenemos que iniciar la explosión mediante una chispa. En nuestras células es probable que tengamos millones de mini explosiones, cantidades inconmensurables de explosiones enjaezadas. La suma de esas mini explosiones es la fuerza vital, el excitamiento.

El día en que podamos enjaezar la explosión atómica será tal vez el día de la paz mundial. Habrá más energía disponible de la que pueda requerir cualquier país del mundo. Las guerras por el control de las fuentes de producción de energía estarán obsoletas.

Mientras tanto tenemos que llegar a entender algo más acerca del ritmo de la explosión y la implosión.

19. Traducción de la palabra *harness*: ensillar, aparejar, poner riendas a un caballo. En el contexto usado significa hacer aprovechable una energía. (N. del T.)

Mientras tanto tenemos que aprender a distinguir las implosiones verdaderas de las seudo implosiones.

Las implosiones verdaderas son *nada de cosa*.

Las seudo implosiones son *nada de nada*.²⁰

Las verdaderas implosiones son petrificación, muerte.

Las seudo implosiones son violencia potencial, como una balanza que ha llegado a detenerse en forma inestable. Como en esa guerrilla de 1916 en que éramos millones de soldados atrapados en un jaque mate, como en un torneo de fuerzas opositoras perfectamente equiparadas, como un catatónico profundamente autista que puede explotar con una violencia increíble.

Enfréntate y retráete, contrae y expande, implota y explota como lo hace un corazón que implota contrayéndose y luego explota, abriéndose para llenarse. La contracción permanente lleva a una muerte rápida como también la extensión permanente.

La seudo implosión es la parálisis neurótica, una seudo muerte. Está repleta de la excitación de dos antagonistas que se anulan entre sí.

La seudo implosión se *alucina* como si fuera la muerte.

La seudo implosión se manifiesta como el hombre hueco, mortalmente aburrido, el burócrata.

La seudo implosión aparece en los sueños en forma de desierto, edificios u objetos. Sin vegetación, sin personas.

La seudo implosión es vista por Freud como el instinto de muerte con una sola salvedad: la agresión.

La seudo implosión es vista por Reich y Lowen como una armadura, para ser abierta durante explosiones o descargas emocionales momentáneas.

La seudo implosión recibe aliento de parte de Schutz y otros "incitadores".

20. Juego de palabras intraducible; *no-thingness*: capacidad o cualidad de no ser cosa y *no-thing-ness*: capacidad o cualidad de ser ninguna cosa o ser nada. (N. del T.)

Inhibiciones que son lanzadas a los vientos violentos.

"Parece que a todo el mundo les encuentras defectos".

Si alguien hubiera dado en la fama del blanco ya tendríamos "la cura".

En todo caso los Reich y los Schutz andan mucho más cerca de la verdad que los masturbadores mentales.

"¿?"

Esos intelectuales, esos fabricantes de verbalismos.

¿Has estado alguna vez en aquello que se conoce como terapia de grupo? Todos le lanzan sus opiniones a la víctima, todos interpretan a todos. Argumentaciones, juegos de pimpón verbal, o, en el mejor de los casos, un ataque: "Estás proyectando, querido" o una actuación de bebé llorón que dice: "Ay de mí". ¿Qué clase de crecimiento se puede esperar de estos "clubes de autoperfeccionamiento?"

"Eres muy duro con esa gente. Trabajan mucho y tienen buenas intenciones".

Ya lo sé. Pero es tan inexorablemente difícil llegar a entender que no basta con las "introspecciones" y las descargas emocionales, que la tal llamada cura es parte del proceso de maduración; que el objetivo de una curación es, usando la expresión de Selig, que las personas aprendan a limpiarse su propio culo. En este sentido, algunos de los maestros de la "autoexpresión" particularmente si están empeñados en la producción en masa, pueden hacer daño al no partir desde *dónde* en realidad está el paciente. Más bien, se contentan con darle al paciente órdenes acerca de lo que *debiera* vivenciar. Para agradar al maestro puede que el participante del laboratorio falsifique su experiencia, consiguiendo con ello únicamente reafirmarse en su neurosis.

"¿Me puedes dar un ejemplo?"

Recuerdo haber visto cómo uno de estos "maestros" obligaba al participante a enrabiarse haciéndole golpear un cojín y, al mismo tiempo, gritar: "No. No". Esto lo hacía sin tomar en cuenta para nada el que de verdad estuviera sintiendo o no la rabia. Desde luego que este "No" verbal acompañado del "Sí", que significa seguir las órdenes del coordinador, son contradictorios y sólo pueden producir confusión. Esto resulta bien en aque-

llos casos en que el "No" está justo por debajo del umbral de la auto expresión, es decir cuando está comprometido el sí mismo (*self*) y no cuando se trata de un truco perpetrado por un maestro carente de sensibilidad. Son muchos los coordinadores de grupo que antes que superar el síntoma en ellos mismos, prefieren ejercer su propia manía por el control en aquellos creyentes que andan buscando el perfeccionamiento personal.

"¡Tú mismo eres bastante loco, y ahora estás predicando! ¿Y qué me dices respecto de ti?"

Este es un terreno en que no me puedo encontrar defectos. No estaría en la posición en que estoy sin mi sensibilidad, sin mi coordinación y mi intuición. Incluso cuando llevo a cabo experimentos de grupo, los diseño tomando en cuenta el momento en que está cada cual.

"Dame un ejemplo".

Por ejemplo, le pediría a cada uno de los integrantes del grupo que diga una frase comenzando por: "Estoy resentido contigo por..." y luego seguiría viendo si lo que dice es una frase hueca dicha para agradarme a mí, o una vivencia verdadera. En este caso seguiría con el paso siguiente: "¡hace explícitas tus demandas!". O le pediría que, en fantasía, tuviera un encuentro con la persona en cuestión hasta que se resuelva el resentimiento.

"¿Cómo se resuelve un resentimiento?"

Un resentimiento es una especie de mordedura que no afloja. Si estás resentido, estás atascado en ello. A menudo se produce una implosión bucal, la mandíbula rígida, apretada. No pudiéndose aflojar, olvidar y perdonar, ni tampoco seguir adelante con la mordedura (tornarse agresivo y atacar al frustrador real o imaginado). El resentimiento, al igual que la vengatividad, es un buen ejemplo de la situación inconclusa.

"¿Entonces soltar o aflojar la mandíbula no es la conclusión del asunto?"

El aflojar de la mandíbula es tan unilateral como es el hablar "acerca" del resentimiento.

"Gracias Fritz, por la conferencia. Ahora tengo ciertas ideas acerca de la implosión, aprendí algo más sobre los resentimientos y, sobre todo, me empiezo a dar cuenta de algunas de las dificultades de hacer terapia.

Estoy completamente de acuerdo contigo en que cualquier enfoque parcial como es reventar la armadura o hablar "acerca de" las experiencias es unilateral y por ende ineficiente".

Sí. Y en especial condeno a esos "unilateralistas" que creen que su punto de vista segmentario es la panacea, la cura a todo.

"¿Dirías tú que este enfoque parcial también es aplicable al reacondicionamiento físico de Ida Rolf? ¿Qué es lo que hace ella? ¿Estará haciendo algo como el reventar de armaduras de los reichianos?"

A veces hace esto, pero prefiero llamarlo un subproducto accidental de su trabajo, particularmente si se tiene como recuerdo a una abstracción.

"No entiendo nada. A mí me parece esto como *goble de guk*: ¿una abstracción muscular de la memoria?"

Con anterioridad hablé de las ratas condicionadas, cuyos cerebros luego de pulverizados, eran dados de comer a otras que no habían sido condicionadas. Esa sustancia tiene memoria verdadera o *mneme*, memoria organísmica.

Ahora bien, cualquier incidente se compone de varios aspectos: las palabras que se dicen, las emociones que se sienten, las imágenes que vemos, los movimientos que observamos, los pensamientos y las asociaciones que se nos suscitan, el dolor que sufrimos, etc. De las miles de impresiones que tenemos de ciertos sucesos, abstraemos un cierto número de ellas para ser guardadas en el banco de nuestra memoria a título de representante oficial del incidente. Por lo general, se convierten en una especie de clisé estereotipado. Incluso podemos adornarlo o cercenarlo un tanto.

A menudo ocurre que cuando surge una de estas abstracciones en seguida se pone a nuestra disposición el contexto total. Esto no es una asociación lineal, aunque a menudo se denomina de este modo, sino que, más bien es una gestalt comprensiva.

Por lo tanto, al tocar Ida, un punto doloroso que viene a ser la memoria de los músculos, entonces, el contexto total, incluso las emociones y las imágenes inexpressadas, pueden surgir y estar a mano para su asimilación y su integración.

Frederick Perls

Estos recuerdos recobrados, de por sí tienen tan poca utilidad como los recuerdos de Freud y Reich. Pero si un paciente se aferra a un defecto postural —“como si” aún padeciera del dolor original— que lo indujo a tomar dicha postura, entonces, tendrá las mismas expectativas de mejorarse como aquel que se aferra a una madre muerta, “como si” aún tuviera que darle en el gusto; puede que llegue a darse cuenta de que ya no es preciso empeñarse en agradaarla, de que ha sido víctima de una alucinación. Ambos casos son procesos del “despertar”.

“¿De verdad que Ida te ayudó con tus afecciones al corazón?”

Esto no lo puedo decir a ciencia cierta. En todo caso me ayudó mucho con el síntoma principal: esos dolores de angina que me hacían la vida miserable a tal punto que incluso estaba dispuesto a acabar con todo. En este sentido ella me salvó la vida.

“¿Ella pudo llegar a alguno de tus recuerdos más tempranos?”

No. Eso lo conseguí con mis voladas con silocybina. Su modo de trabajo era bastante diferente. Esos progresos son meros subproductos, no son algo esencial. Al igual que yo, ella trabaja sobre el desbalance de la persona. Los reichianos tienen un punto de vista *heurístico*. Ellos rompen la armadura donde creen que van a encontrar las represiones. Ida tiene un enfoque más bien *holístico*; toma en cuenta al cuerpo entero y trata de reubicar cualquier cosa que está fuera de su lugar. Ella desprende las envolturas de los músculos dándoles espacio para respirar, y también estimula los músculos atrofiados.

“Este despedazamiento ha de ser bastante doloroso”.

A veces es agonizantemente doloroso. Por lo general, al cabo de veinte minutos me detengo para fumar un cigarrillo.

“¿Y por qué no hace esto con anestesia?”

Ella sostiene que requiere de la cooperación del paciente. En algunos lugares la musculatura está implotada y es ahí donde ella se detiene y trabaja sobre ese punto hasta que uno afloja el espasmo.

Yo he tenido alrededor de cincuenta sesiones de este tipo. Por lo general da una serie planificada de diez sesiones.

“¿Y ya has terminado?”

Dentro y fuera del tarro de la basura

Desde luego que no. En primer lugar, debes considerar mi edad y que muchas de mis implosiones están profundamente arraigadas. Se conserva un porcentaje muy pequeño de la mejoría. Ahora tiene muy buenos alumnos. Algún día voy a ser niño malo y seré “rolfeado” bajo el efecto de óxido de nitrógeno, el gas de la risa.

“¿Y qué relación tiene esto con tu problema cardíaco?”

En la angina de pecho los músculos alrededor del corazón y en el brazo izquierdo se tornan muy dolorosos. Posiblemente sea el modo que tiene la naturaleza de impedir esforzar un corazón enfermo. Ida abrió todos los calambres en esos músculos y pude respirar libremente. También padecía a veces de unos dolores de espalda que me paralizaban, y estos han mejorado en un 80 a 90%. En total puedes ver que tengo fundadas razones para estarle muy agradecido.

“¿Qué clase de persona es ella?”

Un ángel grande y poderoso. Ahora estamos combinando la terapia gestáltica con sus métodos. Desde que la traje a California ha aumentado considerablemente el interés por su trabajo.

“¿Qué edad tiene?”

Debe ser de mi edad.

“Y si es tan competente, ¿por qué es que no es tan famosa?”²¹

Es la vieja historia de hacerle propaganda a algo como si fuera una panacea. Desde luego que ella está prejuiciada y más que factual es persuasiva, tomando para sí méritos de algo que no es el resultado directo de su trabajo. Ahora está emergiendo algo bueno en coordinación con nuestro trabajo. Las personas que tienen dobleces mentales muy severos no se van a beneficiar plenamente con su trabajo, al igual que las personas con defectos posturales crónicos van a limitar la efectividad de nuestra terapia. Incluso vamos a investigar para ver si nuestra cooperación da algún resultado en esquizofrénicos.

21. Referido al aforismo del vernacular estadounidense que dice: “¿Si eres tan hábil por qué no eres aún millonario?” (N. del T.).

Frederick Perls

Estructura y función son idénticos: al cambiar una estructura se cambia la función; al cambiar una función se cambia su estructura.

“Decías que recuperaste algunos recuerdos bajo el efecto de la silocibina. ¿Te acordaste cómo empezaron tus problemas cardíacos?”

No exactamente. Esta es una historia mucho más complicada y se centra en torno a Marty. Ojalá pudiera decir sencillamente que Marty me rompió el corazón, pero eso sería una gran simplificación. El hecho es que pasé un período de mucho sufrimiento semejante al tiempo en las trincheras. La diferencia es que mientras en las trincheras me podía considerar víctima de las circunstancias, con Marty la responsabilidad era enteramente mía.

Qué es lo que me trajo a Miami Beach, donde vivía Marty, no lo puedo decir. Mientras vivíamos en Sudáfrica me gustaba mucho ir de vacaciones a Durban. Generalmente nos quedábamos en el Hotel Balmoral. Una habitación con vista al mar costaba una guinea, lo que en ese tiempo equivalía a alrededor de cuatro dólares. Esto incluía muy buena comida con docenas de ensaladas exquisitas de donde escoger. ¡Una amplia playa de arena blanca y aquel Océano Indico! Olas cálidas para sumergirse. Bastante tiempo para la lectura. Paseos con el *Zuluriksha*, el fornido negro con su vestimenta de guerrero que saltaba al aire, inclinando su *riksha* como un caballo que se divierte.

Desde luego que nada de eso encontré en el plástico Miami Beach. Llegué allá desde Nueva York, por la natación, el único deporte que me quedaba.

Nunca me gustó Nueva York, con su calor húmedo en el verano y su nieve húmeda y barrosa en el invierno, con sus dificultades para estacionarse y sus sirenas, con sus atrocidades teatrales y sus largos y ruidosos viajes en los subterráneos atestados de gente. Pero, más que nada, me iba sintiendo cada vez más incómodo con Lore, que siempre me ponía en desventaja y en esa época jamás tenía algo bueno que decir de mí.

Esto a su vez, incrementó mi tendencia a tener amoríos sin un compromiso emocional importante. Ese compromiso finalmente ocurrió con Marty en Miami.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Big Sur, California

Querida Marty:

Cuando te conocí eras indescriptiblemente hermosa. Una nariz griega recta y firme que luego destruiste para lograr una cara “bonita”. Cuando hiciste esto, cuando bautizaron tu nariz, te convertiste en una extraña. Tenías todo en exceso: inteligencia y vanidad; frigidez y pasión; crueldad y eficiencia; arrojo y depresión; promiscuidad y lealtad; desinterés y entusiasmo.

Al decir que *eras*, estoy equivocado. Aún eres y aún estás muy viva, aunque más consolidada. Aún te amo y tú me amas a mí, pero ya no con pasión, sino que con confianza y apreciación.

Cuando miro hacia atrás, los años que pasamos juntos, lo que primero surge no es la fiereza de nuestra pasión, ni siquiera nuestras peleas un tanto más fieras aún, sino tu gratitud: “tú me devolviste a mis hijos”.

Te encontré desesperanzada, casi suicida, desgraciada en tu matrimonio, encadenada por dos hijos con los cuales habías perdido todo contacto.

Estuve orgulloso de tomarte y moldearte a las necesidades mías y tuyas. Me querías y me admirabas como tu terapeuta y, al mismo tiempo, te convertiste en mi terapeuta, traspasan con tu cruel honestidad mi falsedad, mi fanfarronería y mis manejos. Jamás hubo un dar y recibir tan equiparado entre nosotros como entonces.

Luego vino aquella vez que te llevé a Europa. París, los ataques de celos maníacos de mi parte, algunas orgías salvajes, estimulantes, pero no felices. La felicidad nos sobrevino en Italia. Estaba orgulloso de mostrarte la verdadera belleza como si fuera mía propia y de ayudar a sobreponerte a tu mediocre gusto místico. Desde luego que nos emborrachamos con Venecia y...

¡Aquella presentación de Aída en Verona! Un antiguo anfiteatro romano con veinte o treinta mil espectadores. ¿El escenario? No hay escenario. Un extremo del teatro con telones gigantes tridimensionales, un trozo de Egipto traído de otro continente. Es de noche, está casi totalmente oscuro. Algunos grupos de espectadores iluminados con cientos de velas. Luego la función. Voces flotantes que nos sumergían y traspasaban con su

intensidad avasalladora. El *finale*: antorchas lanzando sus llamas al espacio infinito y las voces moribundas tocando la eternidad.

No fue fácil despertar al barullo y murmullo de la multitud que se retiraba.

En comparación, la Ópera al Aire Libre en Roma fue un artefacto, nunca permitiéndole a uno olvidar que se presenciaba una función.

Nuestras noches. Ninguna presión por irse a casa, ningún temor de dormir demasiado poco. Degustando hasta la última gota de nuestro vivenciarnos el uno al otro. "Esta noche fue la mejor", se convirtió en una frase corriente; pero era cierto, una intensidad siempre creciente en estar ahí el uno para el otro. No hay poesía para describir esas semanas, sólo un balbuceo de amateur.

En esta vida nada se recibe sin pagar su precio. Tuve que pagar muy caro por mi felicidad. En Miami me puse más y más posesivo. Mis celos alcanzaban proporciones psicóticas. Cada vez que nos separábamos —y esto ocurría durante gran parte del día— me inquietaba, te vigilaba, pasaba varias veces al día frente a tu casa. No me podía concentrar en nada, excepto: "Marty, ¿dónde estás ahora? ¿Con quién estás ahora?"

Hasta que Peter entró en tu vida y te enamoraste de él. No le gustabas mucho. Para ti era un respiro de mí y mis torturas. Él tenía soltura, un *raconteur* divertido. Era imposible aburrirse en su presencia. Era joven y hermoso y yo era viejo y vicioso. Y, para complicar más el asunto, a mí también me gustaba y aún me gusta.

El cielo se hundió para mí. Me quedé abatido por fuera y lleno de fantasías de venganza por dentro.

Fracasaron todos mis intentos de apartarme de ti. Entonces hice algo que, mirado hacia atrás, aparece como un intento de suicidio sin el estigma de tal cobardía.

Sobreviví a las operaciones. Sobreviví a nuestra separación. Sobreviví a nuestras peleas finales y nuestra reconciliación. Yo estoy aquí y tú estás allá. Cada vez que nos encontramos de nuevo lo siento como algo bueno y sólido.

Gracias por ser la persona más importante de mi vida.

FRITZ

Al examinar mi vida hacia atrás, veo varios períodos suicidas. En alemán se usa la palabra *Selbst-morder*, asesino de sí mismo; y esto es precisamente lo que una persona suicida es: un asesino; un asesino que se destruye a sí mismo antes que a otro.

Tanto el suicida como el asesino tienen algo en común. La *impotencia* para enfrentar una situación. Eligen el camino más primitivo; explosión en la violencia.

Y además hay un tercer factor: me adelanto en dar el primer golpe. Me mataré a mí mismo antes de que tú me mates.

Y a menudo: pago mi propia deuda.

Y también hago lo opuesto: te haré sentir culpable: "contempla lo que me has hecho a mí".

Y el moralismo asoma su horrible cabeza: el castigo.

Me castigo, te castigo. La iglesia me castigará. Un suicida no merece yacer entre los difuntos responsables.

Y detrás de todo esto: la fantasía redentora del suicida. "¿Quién será el milagroso que me va a salvar?" "¿Llegarán a tiempo *deus ex machina*?"

Como psiquiatra tengo un raro record, tal vez por mi buena suerte y comprensión; 30 años sin ningún suicidio entre mis pacientes.

Hace treinta años, en 1938, tenía entre mis pacientes a un hombre joven, judío, a quien trataba por su homosexualidad. Y como tantos otros homosexuales tenía por madre a una bruja mala. Un día llegó con la noticia que su madre había sido asesinada, tal vez por el criado negro. Al poco tiempo —fue en *Yom Kippur*, el día de la expiación de los judíos—, se mató a sí mismo.

¿Mató él a su madre? ¿Tendría tal grado de confluencia que deseaba reunirse con ella en el cielo? ¿Qué rol desempeñó la expiación?

¡Especulaciones ociosas! Comienzo a entender algo nuevo. Durante días he tenido episodios repentinos de cansancio, desconectándome de los sentidos, de la ZE. Retrayéndome. No en forma completa. Sin quedarme dormido. Sin entregarme enteramente al olvido.

El vacío fértil está bullendo. El vacío estéril, el mundo del aburrimiento ha desaparecido. ¿Cómo poder enjaezar la riqueza del vacío esté-

Frederick Perls

ril? Esto es más que un tarro de basura, más que cosas obsoletas que salen a la superficie.



Pero es demasiado: pensamientos, emociones, imágenes, juicios.

Demasiado excitamiento. La formación gestáltica corre peligro; me abruma el fraccionalismo esquizofrénico que caóticamente manifiesta su derecho de ser.

Mantente en contacto, usa tu cansancio para amortiguar la histeria de demasiadas voces que piden a gritos tu atención. Cálmate. Quédate con el principio de Heisenberg: ¡los hechos observados cambian por el solo hecho de ser observados!

Cansancio, te tomé al igual que al aburrimiento, por mi enemigo. Te tomé por algo que quiere privarme de parte de mi vida. Tú sabes lo codicioso que soy. Quiero más y más y más.

Fértil vacío, habla a través mío
Permíteme estar en gracia
Permíteme a mí, bendito y verdadero
Verte cara a cara.

Escribe un millar de páginas
Cien mil palabras
No seas más una jaula
Eso es para los pájaros.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Con el deslizarse de mi pluma
Sangrando alegría y pena
No puedo ya soportar
Todo lo vivido en vano.

¡Al fin sé que
Tengo mucho que decir!
Lo que he descubierto
Está aquí para quedarse.

Rum tura tanta
Dancemos y saltemos
Ratatitatura
No más gargantoso nudo.

No más quejas de lo que soy
Soy watakuka
Uhsa pusa roma tom
¿Qué más hay paga mirag?

!! viva !! ¡estoy loco!!

“Ahora te has declarado loco. ¿Dónde te deja esto? ¿Quieres deshacerte de toda responsabilidad?”

¡Caray, qué serrote eres! Esto fue un estallido de alegría. Y hay algo más. No puedo entonar una canción. Escuché la música y los sonidos ahí

Frederick Perls

estaban, y no sentí la necesidad de llenar los sonidos con palabras. Yo sé que hay música hasta en el vacío fértil.

Tengo una relación muy peculiar con cantar; es como si temiera que voy a desaparecer cuando estoy en confluencia con otra voz u otro sonido. A veces puedo hacer bien de bajo, y en una oportunidad en que una amiga de mis días de universitario tocó una cantata de Bach, en el órgano, la canté íntegra y bien, sólo por lectura y de oído. Este milagro ocurrió sólo una vez, pero significa que escondido y bloqueado por ahí está esperando un gran potencial musical.

“Ya pues, no me trates de engañar. Te quieres escabullir de la cuestión bastante seria que es tu locura”.

Oh no, nada de eso. Tan sólo quiero que entiendas que este “sentirse loco” nada tiene que ver con la locura. Si consideras que mis ataques de celos son sicóticos, entonces sí que estoy de acuerdo contigo. Eran compulsivos. Los tuve con Lore y los tuve con Marty, y en otras ocasiones en grado mucho menor. Los entiendo muy bien y me los puedo explicar, lo cual indica lo poco que sirven las introspecciones.

Por lo general había cuatro factores, algunas proyecciones, una curiosidad sexual insaciable, temor de ser dejado fuera y homosexualidad. Me acabo de dar cuenta que había dejado fuera a Lucy, que también fue una mujer importante en mi vida.

Veo lo difícil que es ser escritor, aun cuando uno se atenga solamente a los hechos. Tengo que escoger entre muchas cosas. Pero, qué diablos. Nadie me obliga a producir un libro bueno. De todos modos sé que mi objetivo principal fue y aún es ordenarme y hacer mi propia terapia. En realidad, no hay nadie más. Estaban Paul y también Marty y Jim Simkin y, de algún modo, aún no estoy dispuesto a entregarme a él. A mi juicio, Lore no es una buena terapeuta. Somos demasiado competitivos entre nosotros. Es opinante, ejemplar y virtuosa y tampoco escucha. Pero no me

Dentro y fuera del tarro de la basura

cabe la menor duda que frecuentemente tiene la razón, al menos conmigo siempre tiene agresivamente la razón.

El asunto del libro tiene eso sí un atractivo adicional. Me empeño en que otras personas lean este manuscrito en mi presencia, para experimentar su participación. Necesito mucha reafirmación. Si escribiera exclusivamente para mí, dejaría afuera muchas cosas teóricas, pero ocurre que quiero que sean conocidas.

Aparentemente, y mientras más lo veo, siempre es mi voracidad. Soy voraz en ambos sentidos: quiero tener cada vez mayores experiencias, sabiduría y éxito, y, al mismo tiempo, quiero dar todo lo que tengo, e incluso esto parece que nunca es bastante.

En ninguna parte se expresa mejor la voracidad que en fumar. Un clavo de ataúd tras el otro. Bum. Bum. Bum. Uno se muere por fumar, uno se muere por masturbarse. He visto muchas muertes en la guerra, por enfermedades, por accidentes. No he visto muertes por el cigarrillo o por el sexo.

“Como diría Lore, no se trata de eso”.

¿Y de qué se trata, entonces?

“Lo sabes muy bien, como diría Lore, escondiendo su ignorancia tras una máscara de sabelotodo”.

Aún no quiero hablar acerca de Lore, aunque Lucy apunta en esa dirección. Si no hubiera sido porque estaba teniendo problemas con Lucy, no me hubiera ido a Frankfurt y no hubiera conocido a Lore. Si saco a Lucy de su ataúd también tengo que sacar de su honorable ataúd al Tío Staub.

Mi tío Staub era el orgullo de la familia. Era el teórico de Derecho más prominente de Alemania. Tenía una larga barba y caminaba con gran dignidad. Su esposa y sus hijos eran muy encopetados y tenían poco que ver con nosotros. También vivían en *Ansbacher Strasse*, mientras que Grete y yo vivíamos en la calle misma. Mi hermana Else se aferraba a mamá.

¿Pueden ustedes imaginarse esto? Aún no había automóviles. La calle nos pertenecía a nosotros los niños, excepto a aquellos de las clases más nobles como los Staub, que estaban demasiado ocupados siendo instruidos por sus institutrices.

Frederick Perls

El Tío Staub pasó por mi vida como un símbolo, como una interpretación y como un descubrimiento psicológico.

El símbolo de status era obvio y también era obvio que yo debía seguir sus pasos. Pero me rebelé y me escabullí hacia las humanidades, por el enfermizo camino de la medicina.

La interpretación me la dio Wilhelm Reich. Nunca quiso revelarme cómo es que llegó a tal conclusión: Me dijo que yo era el hijo de Herman Staub, lo que halagaba mi vanidad, pero jamás logró convencerme.



El descubrimiento psicológico provino de Lucy, quien me contó que él había fornicado con ella cuando tenía trece años. Cuando me contó esto aún no había puesto en tela de juicio su credibilidad y le creí. Más tarde recibí una confirmación de un hecho similar de otra fuente.

En este momento, siento una confusión semejante a la que sentí entonces.

Ya en mi padre había observado esta afición a las muchachas jóvenes, pero en todo caso él era considerado un hombre malo. Y aquí estaba la máxima autoridad legal de Alemania, perpetrando el crimen de seducir a

Dentro y fuera del tarro de la basura

una menor. ¡Y toda esa fachada de respetabilidad! Y también estaban las enseñanzas de Freud que aparentemente le daban el pase al sexo.

“De pronto estás convertido en un moralista”.

He tenido mis episodios de indignación moral. El primero fue a los cuatro años de edad. Una niñita salió corriendo de su casa y orinó en un árbol a la vista mía. ¡Increíble! ¿Por qué no lo puede hacer en casa sentadita en su bacinilla?

“Si escribieras tu anamnesis como un caso de perversión sexual, ¿dónde te situarías con Lucy?”

Diría que éste fue el punto donde comencé a cambiar. Hasta ese momento había tenido una vida amorosa un tanto promiscua, si bien sana.

“¿Entonces estás culpando a Lucy?”

No, por cierto que no la culpo. Me dejé llevar muy contento por sus enseñanzas y por su audacia en explorar. Y además la imagen de la vida secreta de Herman Staub contribuía con una licencia, casi una exigencia para seguir sus pasos —si bien no en la ley, al menos en sus fechorías anti-ley, fueran éstas verdaderas o provenientes de la imaginación de Lucy.

“¿Ella era además pariente tuya?”

Pariente lejana.

“¿Cómo la conociste?”

De un modo muy peculiar. “Ellos” se habían trasladado a un departamento al lado del nuestro en un barrio “mejor” que *Ansbacher Strasse*.

Lucy y mi mamá eran conocidas. Yo ya había abierto mi consulta. Lucy estaba hospitalizada para la remoción de un riñón. Su madre me pidió que visitara a su hija.

Me encontré con una hermosa rubia. Una de aquellas que me gustaba colocar en un pedestal y venerar como a una diosa. Al cabo de diez minutos de conversación me dijo: “Eres muy hermoso, ven y dame un beso”. Eso me liquidó: ¿Qué? ¿Esto ocurrirme a mí? Salvo raras excepciones me consideraba a mí mismo como feo, y aquí estaba esta diosa venida del Olimpo a bendecir a un mortal. Y más encima una mujer con hijos y marido.

Mi torpeza inicial se deshizo rápidamente con sus besos olvidadores de operación. Estaba alegremente enganchado.

He estado enamorado unas cuantas veces. La primera vez fue de Katy, la rubia hija del panadero. Tenía entonces ocho años de edad. Más tarde, quise a Lotte Cielinsky, y, más que de ninguna otra persona, estuve enamorado de Marty. Con Lore hubo algunos períodos de amor que se encendían y se apagaban, pero básicamente, éramos compañeros de viaje con muchos intereses en común.

Lucy me fascinaba y me excitaba. Era muy posesiva y me amaba tanto como sólo ella era capaz de hacerlo. Para mí no fue más que una gloriosa aventura.

“Estás murmurando. Estás hablando acerca de ella. Háblale a ella”.

No te puedo hablar a ti Lucy. Estás muerta. Muerta. Cuando me alejé de ti en 1926 dejaste de existir para mí. Tu muerte verdadera no me significó mucho. Había oído que te convertiste en morfinómana y que luego te habías suicidado.

“¿Qué te hizo ir a Frankfurt?”

Ahí vivía un hermano de mi madre, mi tío Julius. Era una persona cálida y sin pretensiones de quien me sentí muy cerca cuando niño. Y Karen Horney, mi analista, me aconsejó irme de Berlín y continuar mi análisis con su alumna Clara Happel. Y me atraía el trabajo de Goldstein y los grupos de existencialistas y Frankfurt mismo, que por aquel entonces era una ciudad muy hermosa y culta.

“¿Hay algo más que le quieras decir a Lucy?”

¿Sabes una cosa, perro de arriba? Hoy no me gustas nada. Estás solemne, y rígido, factual, parecido a un terapeuta profesional o a un profesor de escuela dominical. No me ayudas nada al traer esos recuerdos enfermizos y excitantes de Lucy.

“Cállate. ¿Qué imagen te surge en primer lugar?”

La puerta entre mi sala de consulta y la sala de fisioterapia está entreabierta. Lucy y una amiga están haciendo el amor en la sala de consulta. Yo estoy cateando por la puerta y excitándome cada vez más, la ansiedad cargada hasta el punto de reventar. Cuando la amiga comienza a chupar los genitales de Lucy, yo estallo. De un salto entro en la sala, empujo a la muchacha hacia un lado y tengo un orgasmo corto y vigoroso con Lucy.

Las chicas concertaron el encuentro en un cuarteto con el marido de la muchacha y conmigo. Estoy anticipando mi primera experiencia homosexual. En mis años de pubertad, tuve una experiencia sin importancia con un muchacho, Ferdinand Knopf, una especie de masturbación paralela en que no nos tocábamos el uno al otro. Últimamente he podido recordar su primer nombre, como también algunos sentimientos tiernos hacia el que fuera para mí oficial médico cuando yo era subteniente de sanidad.

De hecho, el marido y yo no nos conocíamos y nos aburrimos el uno con el otro al no conseguir excitarnos y, menos aún, tener una erección; pero ambos disfrutamos bastante con el desempeño de las chicas.

“¿Y cómo te sientes al sacar a relucir esto?”

Siento que ha sido la tarea más difícil que jamás he emprendido. “En el supuesto que” tenga suficiente valentía como para soportar todo esto habré sorteado el gran impasse. “Si es que” puedo desafiar el desdén y la indignación moral, sean estos verdaderos o imaginados, llegaré a ser más verdadero —más libre—, para darle la cara a las personas y, posiblemente, podré abandonar mi cortina de humo. Sé que en este aspecto soy bastante parecido a Wilhelm Reich, descarado y al mismo tiempo guardando mucha vergüenza.

Ayer, en la clase que dictó Jim, dirigí una sesión de trabajo de sueños.

Como de costumbre, todo anduvo bastante bien. Trabajé con cinco o seis personas a la vez y, en cada oportunidad, ya a los 10 o 20 minutos había llegado a la esencia de cada persona e incluso había logrado recobrar algún elemento desposeído. Esto ya se ha convertido en una rutina. Un juego de niños. Nunca estoy satisfecho.

Una de estas personas era una terapeuta ciega. Le pregunté desde cuando era ciega. Me respondió que desde que nació, por falta de vitaminas. Su sueño contenía imágenes y además decía que sentía que su cara estaba roja, razón por la cual yo le expresé mis dudas acerca de su ceguera. ¿Cómo es que puede tener imágenes, cómo es que puede ver el rojo? Yo sé que con mis sospechas deposité en ella una semilla. Va a crecer y, si estoy en lo cierto, tal vez algún día llegue a ver. ¿Quién sabe?

Además, ocurrió otra cosa que me parece notable. Hace dos semanas, durante una sesión de grupo, apareció un gatito blanco que había hecho su entrada con la concurrencia. Hoy apareció otro gatito blanco muy parecido al anterior. Se parece a Mitzie, con la diferencia que su piel es menos suave, pero la franja gris de la frente es la misma. Se quedó luego que se había ido el grupo. Le di una barrita de higos, el único comestible que había en la casa y se lo comió con gusto. ¿Se quedará?

Me sigue al dormitorio, camina por todos lados con curiosidad y, sin embargo, con familiaridad. No quiere salir por la puerta abierta de la terraza, se echa cómodamente sobre la cama y se acurruca en mis brazos. ¿Me quedará con él, para, nuevamente, ocuparme de su cuidado y su manutención?

Aún no lo sé. Lo voy a echar al hall. Si insiste podrá quedarse en la sala central.

“Veó que hiciste un dibujo de tu casa, ¿te estás arrancando nuevamente del tema? ¿Y qué hay de tu vida sexual con Lucy? ¿Y qué hay de tus ataques de celos?”

Lo estoy considerando. ¿Quieres acaso que escriba un libro sexy, incluso pornográfico?

“Bueno, así tendrás muchos lectores”.

No me quiero adentrar en tales argumentos. Quiero escribir sobre lo que sea y como sea que surgen las imágenes y las ideas. Desde ya empiezan a concatenarse ciertas ideas y sucesos. Lo que aún está inconcluso va a surgir solo. Sí, quería escribir sobre mi casa y tú interferiste y nuevamente me pusiste a la defensiva.

Ping pong, ping pong, ping pong. Nuevamente masturbación mental. De hecho, fui un buen jugador de ping pong, mejor que de tenis. En Sudáfrica tuve una buena pareja, nuestra ama de llaves. Ella, su marido y un muchacho con pelo color zanahoria, vivieron un tiempo con nosotros. El muchacho no era muy brillante que digamos, pero su apetito era notable. Cuestionado sobre qué es lo que quería servirse, contestaba siempre: “Un poco más de cada cosa”.

También tuvimos una nodriza importada para los niños. Creo que estaba de novia con alguien que estaba en algún otro país. Era bastante callada y solitaria, pero cuando me acompañaba a los baños termales hacía el amor conmigo gustosa y apasionadamente.

Baños y termas calientes: ambos minerales. La diferencia es que aquí tenemos tinas de 1,80 x 1,80 x 0,80 m. de profundidad, y allá teníamos tres piscinas, cada una a temperatura distinta. Bueno, pero no se puede tener todo.

Para llegar allá había que viajar 160 aburridos kilómetros con una sola interrupción, una caída de agua. No había demasiada agua, había que bajarse del automóvil y tirar de una cadena, lo que siempre me recordaba a un W.C. ampliado.

El W.C. en mi sala de baño es muy ordinario. ¡Pero no así la tina de baño! Todos me la envidian. Es una tina ovalada de azulejos con peldaños.

Aunque siempre quise una tina grande para tenderme y poder leer cómodamente, esto no es posible en esta tina mastodonte. Mide más o menos 1,80 metros por lado y para llenarla tuvimos que instalar un calentador adicional. Varias personas se pueden bañar juntas y a veces hacemos justamente eso, o tal vez no sólo nos bañamos.

“Veó que estás haciendo asociaciones libres”.

Sí, y no me siento muy bien haciéndolas y me siento bien haciéndolas. Como una foca, nadando, girando, zambulléndome en un mar de palabras y hechos. No como lo hacen las nutrias que nadan en nuestra bahía, tendidas de espaldas enseñándonos cómo abrir mariscos.

Sí, quiero mostrarte cómo abrir tu caparazón. No, no quiero hacerlo. Quiero que me dejes solo. Sí señor, no señor, sí, no, sí, no sí no sí no sinosínosínosínosínosino.

“Tal vez de verdad estás loco, ¿sabes?”

No, sencillamente tengo hambre.

“Fritz, tienes que aprender a disciplinarte”.

Córtala con la masturbación mental.

“Fritz, no hay ninguna razón para usar lenguaje obsceno. A propósito, ¿qué quieres decir por masturbación mental?”

Antes le llamábamos mierda de toro (*bullshit*). Esto surtía algún efecto, pero no es de uso común. Sin embargo, "masturbación mental", por el solo hecho de ser obsceno, aún tiene cierta utilidad como terapia de choque.

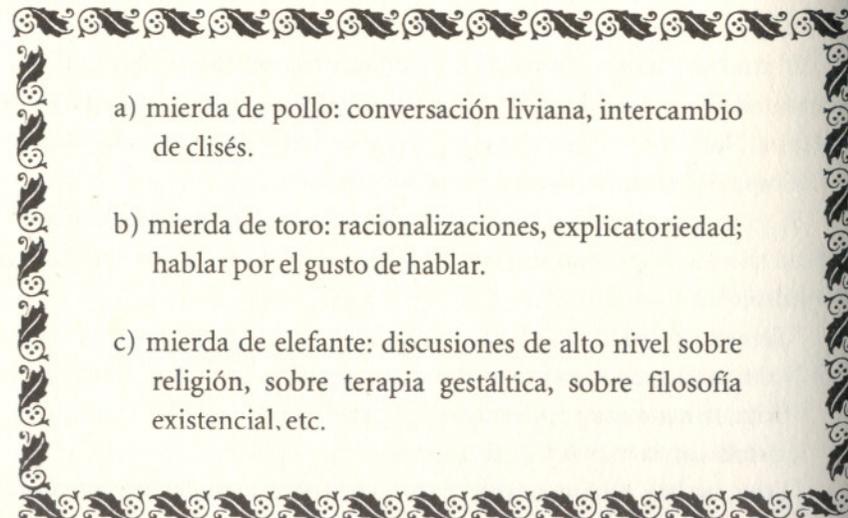
"¿No podrías usar un término más aceptable?"

Sí. Lo puedo llamar producciones verborreicas, ping pong de frases, mierda de toro, ¿pero y de qué sirve todo esto? Las personas que se han rodeado de gruesas defensas verbales van a aceptar y argüirán con estos términos para luego lanzar de vuelta algunas frases, pero ellos mismos permanecerán intocados. Ellos son sobreístas. Hablan sólo "sobre" o "acerca de".

"Tengo curiosidad. ¿Por qué escogiste al toro como representante del producto animalístico de la defecación?"

Podrías llamarle mierda de caballo, y no tendría ninguna objeción. Incluso, clasifico esos productos animalísticos de la defecación como símbolos esenciales al sistema de comunicaciones del *homo sapiens*. ¿Qué tal te parece esto como definición? ¿Este tipo de precisión verborreica te irá a agrandar o te dará sueño?

"Puede que sí. ¿Veamos cuál es tu clasificación?"

- 
- a) mierda de pollo: conversación liviana, intercambio de clisés.
 - b) mierda de toro: racionalizaciones, explicatoriedad; hablar por el gusto de hablar.
 - c) mierda de elefante: discusiones de alto nivel sobre religión, sobre terapia gestáltica, sobre filosofía existencial, etc.

"Parece que al menos tú te inclinas más por el tipo c. Ahora abordas tu tarea en forma más científica y comienzas a clasificar el fenómeno verbal".

Aprovechando tu racha de aprecio por mí, te voy a dar otra clasificación.

1) *sobreseísmo* 2) *debeísmo* 3) *esismo*. Esas son palabras muy sencillas.

Mediante el agregado del "ismo" hemos elevado cada una a la categoría de mierda de elefante. Agregando algunas palabras rimbombantes, las haré aceptables para ti.

La ciencia es *sobreseísmo*. Descripciones, murmuraciones, evitar el compromiso, dar vueltas y vueltas en torno al asunto.

"¿No puedes permanecer serio durante unos minutos?"

Muy bien, muy bien. Tú acabas de dar un ejemplo de *debeísmo*. Yo debo ser serio. Exigencias, exigencias y más exigencias. Los diez mandamientos. Yo exijo esto o aquello de ti. Si no te sometes, me siento frustrado y resentido contigo. Y *viceversa*. ¡Y qué exigencias nos hacemos a nosotros mismos! ¡Y utilizamos el "por qué" como excusa para un ataque de reproches!

Esismo. Una rosa es una rosa es una rosa. "Yo soy lo que soy, soy Popeye el marino". Esto es lo que se llama el enfoque fenomenológico o existencial.

Nadie puede, en un momento dado, ser diferente de lo que es en ese momento. Incluso, su deseo de ser diferente no lo hace diferente. Tautología: la experiencia de la autoevidencia.

Moishe y Abe están jugando a las cartas.

Moishe: "¡¡¡¡Abe, estás haciendo trampas!!!"

Abe: "Sí, ya lo sé".

Fritz como *sobreísta*, un relator de cuentos; Moishe como un *debeísta*; Abe como un *esista*.

Ya no puedo soportar
Incluso si me duele
Ser un sobreísta
Jugando con grandes palabras.

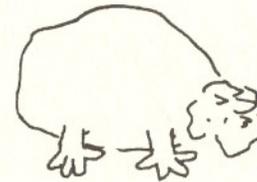
Introyección y proyección
He aquí, Retroflexión
Que ya no sufrirás postergación
En tu deseo de ser nombrada.

Salta fuera del tarro de la basura
Mantén una conversación
Para que el lector pueda apreciar
El mismo tu ubicación.

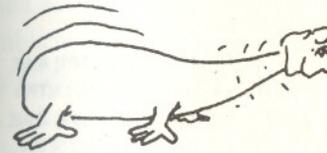
Introyección, ¿cuál es tu lugar?
¿Dónde te ubicas?
¿Retroflexión? Bueno, permanece
Siempre bien relacionada.

¿Y la proyección? Has sido
De lo más despreciada y olvidada
Eres más que un simple telón
Sal, emerge, muestra tu potencial.

RETROFLECCIÓN
(INVERSIÓN)



SOY UN ORGANISMO
QUIERO ALGO DE COMER



QUIERO ATACAR ALGO PARA COMERMELO
¿NO HAY ACAGO COMIDA EN ESTE MUNDO?

ENTONCES ME TENGO QUE COMER YO MISMO
ME ATACO A MI MISMO, ME TORTURO A MI MISMO
ME MATO A MI MISMO
ME AUMENTO A MI MISMO

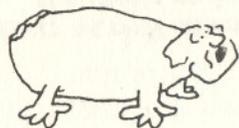


¡AUXILIO! ¡AUXILIO!
(TÚ - YO) ME COMEN

(TÚ - YO) ME DEJARÁN
TRANQUILO.



TE TENGO MIEDO
ME ENCÓJISTE, VUELVE
ERES UNA PARTE MÍA



TÚ ME PROYECTASTE
AHORA ME LLAMO
PROYECCIÓN.



AHORA TE VOY A TOLLAR DE VUELTA
TE VOY A RE-POSEER
ESTOY CICATRIZANDO
LA SEPARACIÓN



SÍ, PERO NO BASTA CON QUE
ME LLEVES PARA ADENTRO
NO BASTA CON QUE
ME INTROJECTES.



INTROYECCIÓN

YO SOY UN INTROJECTO. SOY UN DESCONOCIDO
EN TU SISTEMA. OJALÁ QUE NO ME PUEDES
DIGERIR Y ME
DEJES INTACTO



¡AL CONTRARIO! TIENES BUENA PASTA
TE VOY A MASTICAR Y TE VOY A ASIMILAR.
ESTOY HACIENDO QUE TÚ SEAS MI MISMO
PARA QUE YO
PUEDA CRECER.



CHARLA SOBRE LA ASIMILACIÓN

Yo opino que...

Ahora tenemos que considerar el hecho que...

Les pido que pongan atención al siguiente fenómeno...

“¿Estás acaso buscando aplausos?”

Algo por el estilo. ¿Sabes una cosa? Hace alrededor de quince años estaba aún interesado en eso. Era demasiado tímido como para hablar en público sin un guión. Hoy no me preocupa si tengo que hablar ante una sala llena o si tengo que dirigirme a 1.000 personas a la vez.

En 1950 hice un viaje de corta duración a Los Ángeles. Había ahí una Universidad diminuta. Se llamaba “Western College for Psychoanalysis” o algo por el estilo. Para mí tuvo un doble significado. Debido a mis libros se me dio un doctorado honorífico en filosofía. Creo que ha sido el único título que jamás me han dado. Lo otro fue que descubrí lo que era la timidez y me sobrepuse a eso rápidamente.

“Hay mucha gente que sufre de eso. ¿Los puedes ayudar con un párrafo sobre esto o se trata de un secreto profesional?”

De ninguna manera. En realidad, es la forma más generalizada y leve que hay de la paranoia. El ser tímido (*self-conscious*) es un tanto diferente del pánico de escena, aunque muy a menudo están entrelazados. El término “autoconsciente” está mal empleado; debiera llamarse “consciente de auditorio crítico”. El orador no se está dando cuenta verdaderamente de su auditorio. Para él, se convierte en una sola unidad borrosa.

Este auditorio borroso se transforma luego en un telón de proyecciones. El orador se imagina a la audiencia como crítica y hostil. Proyecta sobre ellos sus propias críticas, en lugar de darse cuenta de lo que realmente está ocurriendo. También proyecta su atención sobre ellos y se siente a sí mismo como foco de atención.

La cura es simple: identificación con la proyección. Ser crítico con el auditorio. Poner atención en la realidad. Despertar del trance de las expectativas catastróficas.

Esto es entonces el primer ejemplo de la proyección.

Frederick Perls

Ya varias veces nos hemos encontrado con la retroflexión o inversión. Kierkegaard, uno de los primeros existencialistas, habla de la relación del sí mismo con el sí mismo.

Y esto es precisamente la retroflexión, doblar hacia atrás. La comunicación no va desde uno mismo al otro, o del otro a uno mismo, sino que de uno mismo a uno mismo.

El suicidio, la auto tortura y las dudas que se tiene sobre sí mismo, son buenos ejemplos de esto. La cura: hacerle a otros lo que te estás haciendo a ti mismo.

“Pero esto es horrible”.

No es tan horrible como parece. De hecho, basta, e incluso es un requisito, que estas cosas malas se hagan al otro en fantasía y en psicodrama. En todo caso, la persona que se tortura a sí misma en presencia de ustedes, también los está torturando a ustedes.

En una oportunidad tuve un serio traspié. Un colega me pidió que tuviera una sesión con una paciente suicida. Yo accedí y rápidamente descubrimos que lo que ella quería era matar a su marido. Y lo hizo.

“¿Entonces tu terapia puede ser peligrosa?”

Sí, pero, sin embargo, muy rara vez ocurren estas cosas. No he visto que se haya producido mucho daño; más bien he visto bastante mejoría en esos cientos de personas con quienes he tenido un breve encuentro terapéutico. Aprendí mucho de ese caso.

“¿Y cómo te previenes de esos reveses?”

Generalmente le anuncio al grupo que no me hago responsable de nadie más que de mí mismo. Les digo que si quieren volverse locos o suicidarse y que si ésta es su “cosa”, entonces, prefiero que abandonen el grupo.

También aprendí a estar alerta a la patología severa. Si alguien me trae un sueño en que hay desolación, donde no aparecen personas, ni vegetación, o si da señales de un comportamiento bizarro, me niego a trabajar con él. Entonces por lo general se me ataca por mi crueldad y mi falta de deseo de ser “ayudador”. En esos seminarios cortos de fin de semana no tengo tiempo para ponerme en contacto con esas personas cerradas.

“¿Y no viste esto en el caso de la asesina?”

Dentro y fuera del tarro de la basura

No, en la superficie no había gran patología. Después pude entender su caso desde el punto de vista de la introyección. Su *dybbuk* era su madre, quien había asesinado a su marido y había salido impune. Tal vez ella esperaba lo mismo.

“¿Entonces, por esta vez estás de acuerdo con Freud? ¿O también tienes que atacarlo por haber descubierto la proyección y la introyección?”

Estoy totalmente de acuerdo con su teoría de la proyección. Sólo que ahora vamos mucho más allá. Incluimos en ella gran parte de la transferencia y muchos de los recuerdos, y, lo que es más importante, también incluimos todo el material de los sueños. La teoría de la introyección de Freud es harina de otro costal.

“¿Cómo puede una teoría ser harina?”

Cállate.

¡Tú mismo dijiste que una persona que vive en el ahora, es por ello automáticamente creativa. Y tú sales con una metáfora añeja!

Tienes razón. Esto es una introyección. Es material ajeno.

“¿Entonces no te gusta la harina?”

¿?

“Has dicho muchas veces que una metáfora es un minisueño”.

Tal como decir: “me golpeó una idea”. Eso es agresivo. ¿Verdad? ¿Cómo puede ser que una idea golpee?

“¿Y tampoco te gusta la harina de otro costal de Freud?”

¡Ah! Ahora veo lo que me estás tratando de decir. ¿Que no me puedo tragar su teoría de la introyección? ¿De eso se trata? Estás equivocado. La rumié cuidadosamente y llegué a las siguientes interesantes conclusiones acerca de la introyección:

- a) Es un concepto organísmico. Se interioriza, se ingiere, algo verdadero o imaginado.
- b) Introyección total. Se toma a una persona completa. El *dybbuk*. En la realidad no se puede tragar a esa persona. Esto tiene que hacerse en fantasía. Esta es la etapa de un bebé de teta, del mamón.

- c) Introyección parcial. Uno interioriza sólo partes de la persona: modales, metáforas, rasgos de carácter. Esta es la etapa del que usa sólo sus incisivos.
- d) Remedar. Esto no es una introyección, sino que más bien un proceso de aprendizaje e imitación.
- e) Destrucción, la tarea de los molares. Freud hizo caso omiso a esta etapa decisiva. Es mediante la des-estructuración del alimento, ya sea éste mental o real, que lo podemos asimilar, lo hacemos parte nuestra, lo incorporamos al proceso de crecimiento.
- f) No introyectamos el objeto de amor. Interiorizamos a la persona que nos controla. Esta es, a menudo, un objeto de odio.
- g) Volvamos a la discusión de ego y yo. El yo sano no es un conglomerado de introyectos, sino que es más bien un símbolo de identificación.
- h) La agresión no es una energía mística, nacida del instinto de la muerte. La agresión es un fenómeno biológico necesario para morder, masticar y asimilar sustancias.
- i) La idea de Freud de trabajar las exigencias es equivalente al masticar.
- j) La agresión puede sublimarse hasta llegar a riñas y guerras.
- k) l) m) y n) deben ser llenadas por el lector creativo.

- k)
- l)
- m)
- n)

Esto se ha convertido verdaderamente en un problema. Estoy produciendo frases en el papel, son copiadas a máquina, luego en xerox y luego corregidas. Y ni siquiera sé a quién me estoy dirigiendo.

Estoy ansioso por recibir alguna realimentación.

Cuando estoy "pensando" también estoy en la fantasía. Me dirijo a alguien y no sé a quién le estoy hablando. No me escucho a mí mismo pensando, excepto cuando pienso en verso.

A veces me siento distinto. Suelo sentirme en comunicación cuando me divido en perro de arriba y perro de abajo. Cuando juego a conferencista y demuestro mis teorías, me estoy dirigiendo a un curso de alumnos. Cuando ataco a alguien, sea éste Freud o el teniente prusiano, entonces tengo al lector como testigo de mi coraje y de mis vicisitudes. En ninguno de estos casos me siento solo.

Cuando escribo estas frases estoy solo y...

En este preciso instante tuve una súbita sensación. Me estaba dictando esas frases a mí mismo y resulta que también soy el secretario de actas que tiene que velar por la gramática y la ortografía.

Puedo invocar toda clase de objetivos y justificaciones: escribir un libro, exhibirme, satisfacer la curiosidad de mis amigos, ordenarme. Pero aún estoy solo y perdido.

¿Dónde estás tú? ¿Quién eres tú con quien yo quiero hablar? No hay respuesta.

Tampoco me puedo detener. No me puedo desprender de la idea que estoy haciendo algo importante para ti y para mí.

Si hubiera alguien ahí, ¿estaría interesado? Solía farsantearme en forma compulsiva para impresionar a los demás con mi brillo; ya no lo hago tanto. Y cuando soy mal educado y rudo, también es que quiero impresionar con mi mala educación y mi rudeza.

Preferiría tocar y besar antes que hablar. ¿Estaré jugando de verdad juegos de confesión? ¡Tantas preguntas necias!

Siempre hay un estúpido que aguarda una respuesta.

Quiero ensayar un juego de proyección. Señor X, quiero mostrarle a Ud. cuán brillante soy y también quiero mostrarle cuán perverso puedo ser.

Ahora bien, mi querido lector. Ocurre que ni (yo-tú) estoy (estamos) convencidos de esto y durante setenta años he tratado de convencer (me-te) de que (yo-tú) soy (eres) brillante.

Frederick Perls

Hermann Hesse, Goethe y Mozart encontraron la respuesta. Proyectan tanto lo bueno como lo malo en una novela, en una obra de teatro o en una ópera. Goethe nunca se admitió a sí mismo que él era el seductor, el espíritu nefasto, el buscador de omnipotencia, la contrapartida de los ángeles. Todo lo malo se lo adjudica a Mefistófeles.

Mozart o su libretista, no puede permitirse el hacer alarde de sus conquistas, su cobardía, su ser sobornable. Se lo achaca a Leporello.

Hesse hace lo mismo en el Lobo Estepario, pero también es el santo de Siddharta. El Don Giovanni de Mozart puede ser el *summum* del encanto y del coraje. Fausto el noble buscador de la verdad.

Estos párrafos me sirvieron de consuelo. ¿O será que les puse la trampa a ustedes y a mí, escogiendo el brillo y la maldad?

Te estoy mirando, mi lector, con ojos inquisitivos. Mi corazón está pesado porque puede que me tires al tarro de la basura.

Orgullo y confianza, ¿dónde están? Me estoy dirigiendo a ustedes. ¿Será que esta actuación que hago de estar cimentado firmemente en mí mismo no es más que un rol falso y artificial? ¿Será que mi hábito de fumar está escondiendo mi inseguridad?

Pueda ser que este rumiar me lleve a investigar el síntoma de fumar, pero aún no sé a quién le estoy hablando.

¿A quién le hablo?
¿No puedo acaso elegir
Con quién caminar?

Una voz plañidera
Que se encuentra sola
Y no se encuentra.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Se han ido todas
No hay ruido
No hay sonido.

Hablar es el mensaje, al menos en lo que a la voz se refiere. Esto es así. Persona, *per-sona*, mediante el sonido. Per = mediante. Sona = sonido, *sonare*, cantar. Ensayo de hablar en jergonza. Aliviada ya de tener que apretujar nociones abstractas en sonidos, la voz se vuelve enojada, lloricona, aplastante o ansiosa.

Aliviado ya de las nociones abstractas quiero expresar el sonido en un brebaje de amor. Sin escuchar, solamente buscando y escudriñando relaciones sólidas y sanas (*sound*) con el sonido (*sound*) para poder así concluir el verso.

Relaciones sanas también son relaciones saludables.
Eso es cierto dijo él, chasqueando los dedos.
Eso es cierto digo yo, encendiendo otro cigarrillo.
Estoy atravesando el impasse.
Estoy escuchando sus voces.
Tengo una relación saludable.
¿Cantas o aserruchas?
¿Acaricias o raspas?
¿Está muerta tu voz, o bañada en lágrimas?

¿Me estás ametrallando con la rapidez y lo explosivo de cada una de tus palabras?

¿Me haces dormir con tu suavidad de canción de cuna?

¿Me quitas el aliento con el y-y-y-de tu angustia?

¿Me gritas como un energúmeno hablándole a un vecino sordo?

¿Me torturas susurrando ruidos que apenas puedo escuchar obligándome a esforzarme e ir hasta ti para recibir tu comunicación insensata?

¿O me mantienes en ascuas con tu tartamudeo, o contándome chistes interminables?

Frederick Perls

¿Es que tu voz llena la sala estruendosamente, dejando poco lugar para otros?

¿O es que estás lloriqueando, lloriqueando, lloriqueando, haciendo de mí tu paño de lágrimas?

¿Es que suscitabas tensiones con tus cejas levantadas subrayando un susurro conspiratorio?

¿Me castigas con las dagas de tu voz chillona de profesora de escuela dominical amonestándome con el dedo?

¿Me ahogas con la aceitosa sofocación del sacerdote?

¿O es que me estás envolviendo en vibraciones sonoras de amor?

¿Derritiéndome y despertando fantasías abrasadoras?

No es necesario escuchar el contenido

El medio es el mensaje

Tus palabras mienten y persuaden

Pero el sonido siempre es verdadero

Veneno o alimento.

Y bailo con tu música o me echo a correr

Me crispo, o me siento atraído

Y me da un consuelo

esta investigación:

Yo mismo no puedo ser demasiado malvado, ya que muchos se han enamorado

de mi voz

Y encontrar he podido

Mi rima con el *sonido*.

Ayer fui padrino en un matrimonio. Se casó Ben. Peter y Marya quieren que sea el padrino de su bebé. ¿Qué está ocurriendo con mi imagen de "haragán"?

La ceremonia se lleva a cabo en un costado de la piscina. Es uno de esos días extra hermosos de Big Sur. El sol está demasiado caliente. Todo el

Dentro y fuera del tarro de la basura

mundo está luciendo su mejor tenida psicodélica de domingo. Yo tengo puesta una camisa rusa blanca bordada, regalo de Jennifer Jones. Caminar por ese pasto crecido es como atravesar un mini pantano. Cada paso se hace pesado. Valiente Marya. Está muy embarazada, pero mantiene la frente en alto mientras pasa delante de las lentes de los fotógrafos.

Es mi primera actuación de este tipo. Oscilo entre menospreciar la ceremonia como una función rutinaria donde el ministro (que creo es ateo) invoca el nombre de Dios como a una eternidad vacía, y conmoverme por la dificultad de Ben de sobreponerse a su emoción mientras recita su voto. Verdaderamente pareciera que cree en su compromiso.

El ministro es un hombre sencillo, buen humorado. La simplicidad de la ceremonia aunque efectuada con exactitud ritualística, nos deja con una sensación de realidad.

Hace un par de meses Eu Maupin se desposó con la misma sinceridad, pero...

Alan Watts ofició sobre la ceremonia inspirada en el Zen —y realmente *ofició*. Se robó la función, por así decirlo, que estuvo entre lo sublime y lo ridículo. Fue un facsímil con utilería falsa e improvisada. Incluso la pareja que se desposaba, más parecían ser partes de un telón que el centro de la ocasión.

Me gusta muchísimo Alan y su franca admisión, lo que agrega a su misión de ser un hombre de las tablas. Pocas veces alguien ha podido hablar tan elegantemente y generosamente sobre lo no verbal. Damas de todas las edades con sus altas ambiciones de redimirse desmayan ante su sabiduría. Tiene un gusto exquisito. En la Roma antigua ocuparía el alto sitio de un *ambiter elegantiarum*.

Querido Alan, algún día crearás en tus propias enseñanzas. La sabiduría de tu intelecto entrará en tu corazón y serás un sabio, no sólo jugarás a serlo. Estarás en este mundo no para la gloria de Alan, sino que para la gloria de la *nada-idad* (*no-thingness*).

Ben es uno de los remanentes del segundo programa para residentes efectuado en Esalen. En cierto modo también es el salvador de Esalen, aunque cualquier parecido que tenga con Cristo es pura mente accidental.

Cuando Esalen estuvo en crisis y parecía que se hundía, él tomó la dirección y colocó a las personas adecuadas en los lugares adecuados.

El primer programa no resultó bien. La directora del programa fue Virginia Satir. No calzaba en ese rol. No era la "persona adecuada en el lugar adecuado", que es la base del buen funcionamiento de cualquier sociedad o comunidad.

Virginia, sabes que te quiero y que te admiro incondicionalmente. Nos parecemos en muchas cosas. Gitana inquieta. Ambiciosa de éxito y reconocimiento. No dispuesta a conformarte con la mediocridad. Eres una mujer grande con un corazón grande. Deseosa de aprender. Imaginativa en cosas que vendrán. Tu mayor atributo es que logras que las personas escuchen. Sufres como yo, de sistematitis intelectual, pero lo que haces y lo que piensas no logran juntarse demasiado bien. Mucha explicatoriedad.

Has proyectado tu necesidad de una familia comprensiva, y por lo mismo tienes fobia familiar por ti misma. Tus sueños de establecerte en algún lugar quedan como sueños. Querías una casa más grande que la mía, en Esalen. Un sueño no realizado. Quisiste ser directora de los programas de Esalen. Otro sueño que se arruinó.

Admito que, vistos en conjunto, la cosecha de haraganes de Esalen del primer año fue un fracaso. Más que nada eran escapistas o charlatanes. Llegaron como desconocidos y se mantuvieron como desconocidos. Esperaban que el personal los atendiera y esperaban ser "procesados". No sé de alguien que lo hubiera podido hacer mejor, pero ciertamente se sintieron abandonados cuando al cabo de dos semanas de terapia intensiva los dejaste solos.

Uno de los remanentes de esa cosecha fue Bud, quien tomó a su cargo la dirección durante un tiempo. Al personal y, en especial, a Selig no les gustaba. Ellos vieron su gestión, más como una necesidad suya de poderío y control que un compromiso con nosotros. Cuando se fue, ya sea por una falsa economía o la razón que fuere, Esalen estaba cerca de la bancarrota. Luego entraron los residentes del segundo año y, realmente, le pusieron el hombro a la rueda. Ellos y John Farrington, nuestro contador, sacaron a Esalen del impasse financiero.

El otro remanente fue Ed Maupin. Él fue nombrado co-director del programa del segundo año. Yo estuve en desacuerdo de que este iluso crónicamente avergonzado y adicto a la meditación, tomara a su cargo una tarea tan difícil. Últimamente, sin embargo, he cambiado de opinión. Se está aplicando y está comenzando a estar en contacto y a descubrir su *Umwelt* (ZE).

Me alegró saber que Bill Schutz estaría en el mando. Y realmente digo al mando. Tiene algo de oficial prusiano, pero también es observador y tiene oficio. Es parásito intelectual, pero por dentro es sufriente y está desesperado de ganas de crecer. Trata de ser hippy, pero es más bien cuadrado. Cuando no se siente observado tiene un aspecto un tanto sombrío. No es de extrañarse que haya escrito un libro sobre la alegría (Joy), la típica exteriorización psiquiátrica.

Básicamente, tiene una buena disposición y esto es lo que vale. Se empeñó en organizar y hacer que el programa para residentes fuera un éxito. Y lo logró. De su cosecha salió una cantidad de gente linda que se está identificando con Esalen. El muro entre ellos y el personal de planta se esfumó. Además de Ben y Diana, mi cariño va a John y Anne Heider, ambos extremadamente sensibles y hermosos. Y también al fuerte y verdadero Stephen, y a la inteligente y amorosa Sarah.



Hace media hora, Neville, un radiólogo de Sudáfrica, y yo estuvimos leyendo el manuscrito. Me adora y esto no es de extrañar. El taller de cuatro semanas ha hecho más por él, que sus diez años de terapia reichiana.

Él lo vio primero. Por fuera de la ventana, aparentemente atraído por la luz, había un mapache agazapado, el primero que jamás he visto, mirando hacia adentro con sus grandes ojos, sin ningún temor.

Ahora que los arbustos alrededor de la casa están más densos, estoy recibiendo más visitas de éstas. Mi preferido es un colibrí que ronda y hace piruetas justo al frente de mi ventana. Hoy descubrí tres pajaritos pequeños. No volaban como el colibrí, ¿o es que aún no han aprendido sus trucos de helicóptero?

Hay varios gatos que se pasean por aquí. Un día en el verano pasado T. J. estaba agonizando en el balcón, aparentemente se moriría en cualquier momento. T. J. es un gato venerable, el jefe del clan. Fui a buscar a Bárbara, la hija de Selig, nuestra madre de los animales, pero T. J. había desaparecido. Lo vi, nuevamente sentado, con orgullo en el marco de la ventana, sin mendigar, pero aceptando graciosamente la comida que es de su agrado. No como esos gatos voraces, esos jovencitos que trepan sobre uno y sobre la mesa, para espanto de las camareras que protegen a las visitas.

Selig venera todas las formas de vida, cosa que yo no comparto. En una oportunidad tuvimos una víbora en nuestro muro de piedra aún incompleto. Yo la maté. Cuando llegó Selig se disgustó muchísimo conmigo.

Una de mis pertenencias preferidas es una escultura de alambre "Madonna con el niño" hecha por él. En un comienzo la tuve en el balcón donde se la podía mirar y a través de ella ver el azul del cielo. Un buen día, una tormenta la lanzó por la baranda, hacia el fondo del acantilado. Uno de mis seminaristas la rescató en una maniobra que le pudo haber costado la vida. Selig la arregló y ahora está (al frente de un profeta medieval, adquirido en Viena) segura en el hall central de mi casa, donde hago mis grupos. Viejos maderos que forman un abanico en la entrada de vidrio. El cielo de la sala, también se eleva en la parte de adelante, lo uso para colgar cuadros y una escultura de alambre facilitada por Selig.

¿Por qué será que la gente usa sólo las paredes para colgar cuadros? Mis seminarios los hago abajo en la posada, las sesiones de grupo las hago en esta sala. Mi único contacto con gente no profesional es en los seminarios de fin de semana y, al igual que las demás "funciones" donde aparezco, están muy de moda. A pesar de todo acepto entre 70 y 80 personas. A esto le llamo mi "circo".

Uno esperaría que con tanta gente y en tan corto tiempo bien poco se puede lograr. Por el contrario, hago experiencias colectivas en que todos participan, pero fundamentalmente me dedico a trabajar con una sola persona a la vez. Para esto necesito:

- 1) Mi destreza
- 2) Un pañuelo
- 3) La silla caliente (*hot seat*)
- 4) La silla vacía
- 5) Mis cigarrillos
- 6) Un cenicero.

Mi destreza: Creo que soy el mejor terapeuta para cualquier tipo de neurosis que hay en los Estados Unidos, y tal vez en el mundo. ¿Qué tal les parece esto como ejemplo de megalomanía? Pero la verdad es que estoy ansioso y dispuesto a poner a prueba mi oficio.

Al mismo tiempo debo admitir que no puedo curar a nadie, que las así llamadas "curas milagrosas" son espectaculares pero no significan nada desde el punto de vista existencial.

Y para complicar aún más el asunto, no le creo a nadie que diga que quiere ser curado.

Yo no se los puedo dar. Les estoy ofreciendo algo. Si quieren lo pueden tomar. Estás, como dijera Kierkegaard, en la desesperación, aunque lo sepas o no.

Alguno de ustedes hace el largo viaje hasta Esalen gastando bastante dinero sólo para despreciarme, para demostrar que no los puedo ayudar, para reírse de mí o para demostrar que no puedo lograr curas instantáneas.

Frederick Perls

¿Y de qué les sirve esta actitud? ¿Los hace más crecidos?

Yo sé que esto, en realidad, se lo hacen a una parte cubierta de ustedes; que no me conocen a mí, que yo sólo soy un conveniente telón de proyecciones.

Yo no quiero controlarlos; yo no tengo que demostrar mi autoridad; yo no estoy interesado en pelear.

Debido a que no estoy interesado en todo esto es que estoy en control. Veo a través de tus juegos y, lo que es más importante, tengo ojos para ver y oídos para escuchar. A mí no me engañas con tus movimientos, ni con tu postura, ni con tu conducta. No me engañas con tu voz.

Soy honesto contigo, aunque te duela.

Mientras tú representas tus roles y juegas tus juegos, yo también juego contigo. Me burlo de tus lágrimas de bebé llorón.

Lloro contigo en tu dolor, bailo con tu alegría.

Cuando trabajo ya no soy Fritz Perls. Me convierto en nada, en una nada, en un catalizador y me gusta mi trabajo. Me olvido de mí mismo y me entrego a ti y a tu aprieto. Y una vez que logramos completar algo, vuelvo al auditorio, una *prima donna* que exige apreciación.

Puedo trabajar con cualquier persona. Pero no puedo trabajar exitosamente con cualquier persona.

El escenario de los fines de semana es el de un seminario de demostración en que algunos voluntarios suben a la tarima. Y mientras muchos de ustedes se disputan un encuentro, otros aprenden a través de lo que le pasa al otro. Algunos están cerrados y desilusionados, pero la mayoría se va a sus casas habiendo sacado algún provecho. Porque los problemas son pocos, pero muchas las variaciones.

Para trabajar con éxito necesito un poco de buena voluntad. No puedo hacer nada por ti, mi mono sabio.

En este corto fin de semana no me voy a abrir hacia ti si eres de esos envenenadores que me dejarán cojo y vacío, incapaz de atender a aquellos que no se merecen el odio y el desagrado con que quedaría.

Si eres un cazador de osos, engatuzándome con tus preguntas "inocentes" tendiéndome el cebo, esperando que yo haga la "movida equivocada"

Dentro y fuera del tarro de la basura

que te permitirá decapitarme. Te dejaré cebarme, pero evitaré tu trampa. Tendrás que invertir más de ti hasta que estés dispuesto a darte por vencido y ser tú mismo. Y entonces ya no me necesitarás a mí, ni a nadie más para tu colección de calaveras.

Si tienes la sonrisa de una Monna Lisa e intentas esconder de mí tu indestructible "ya lo sé", y esperas que me desgaste tratando de atraparte, entonces me quedaré dormido en ti.

Si eres de esos que enloquecen a las personas, pronto dejaré de perseguirte y de discutir contigo. Eres pariente cercano del envenenador.

Un pañuelo: El llanto ha llegado a ser en Esaleñ un símbolo de status. La costumbre: "los hombres no lloran" ha sido reemplazado por: "que tengas un buen llanto", y sin embargo...

Llorar no es llorar no es llorar.

No sé cuántas formas de producir lágrimas existen. Estoy seguro de que uno de estos días alguien recibirá un contrato de investigación para estudiar la gama completa de formas de llanto. Desde el sollozo conmovedor de la madre que ha perdido su único hijo, hasta los embusteros que pueden echar a correr sus lágrimas voluntariamente. He visto cómo la novia de uno de mis pupilos lo domina con este truco.

Cualquiera que tenga su intuición intacta podrá apreciar la diferencia entre la auténtica pena, evocadora de compasión, y aquella actuación que no produce más que una fría curiosidad.

Una vez lo hice yo también, una treta para conseguir misericordia. No recuerdo bien la ocasión. Sabía que si lograba suscitar simpatía sería tratado con benevolencia en lugar de recibir castigo. No sentía nada. Calculando fríamente logré imaginarme el funeral de mi abuelita. Me tomó unos minutos, pero lo logré. Surgieron las lágrimas y me libré de una paliza. En la Universidad aprendí que junto con recetar bromuros como sedante había que incluir una dieta sin sal. Esto podría significar que la sal es un agente del metabolismo de la excitación y que el llanto es un medio de deshacerse de la sal. Su efecto tranquilizador y apaciguante es parecido al que se logra con bromuros. Un "buen llanto" relaja, y los niños "se duermen"

Frederick Perls

men llorando". Yo considero que el llanto auténtico es tanto un reajustarse derritiéndose, como un grito de auxilio.

No han sido muchas las ocasiones en que he llorado a moco tendido. Tal vez unas doce veces en toda mi vida. Estas ocasiones siempre fueron experiencias cumbres de mucha conmoción, ya sea de pena, y, por lo menos en una ocasión, de dolor insoportable.

Me encanta el llanto suave que acompaña el derretirse. Con mucha frecuencia, la fusión de una armadura porfiada y el surgimiento de sentimientos auténticos en mi grupo, me lleva a una rendición amorosa. A veces hay una reacción en cadena en todo el grupo, el llanto sigue siendo tan infeccioso como la risa.

Me gustan las películas que sacan lágrimas cuando son creíbles. Debo admitir que ocasionalmente me saltan lágrimas incluso a roñas burdas y sentimentales, pero más que nada me ocurre cuando veo que alguien sobrepasa el promedio de bondad humana, como si fuera demasiado bueno para ser verdad.

Me gusta estar triste sin estar desdichado e incluso me gusta la vergüenza que le acompaña, como si fuera sorprendido entregándome a una debilidad proscrita.

Uno de mis derretimientos más profundos fue el estallido de desesperación en el Arden House luego de mi viaje alrededor del mundo. No podría decir lo que se estaba derritiendo. ¿Sería tal vez la barrera entre mi persona y el resto de los humanos? Mi odio por la falta de reconocimiento. ¿La piel gruesa adquirida en las trincheras? ¿O tendré que ponerme semántico y recordar que desesperación es *désespoir*, sin esperanza? Ciertamente la esperanza fue reinstaurada.

La otra vez fue con ocasión de mi visita con Lore a Alemania, luego de la Segunda Guerra Mundial. Quise constatar mi profundo odio por la Alemania nazi como también si había habido un cambio de espíritu.

Habíamos comprado un VW de segunda mano que resultó una estúpida compra. No recuerdo el monto exacto, pero creo que pagué por él 600 dólares; lo usamos dos meses en Europa, tres años en los Estados Unidos y lo vendimos en 700 dólares.

Dentro y fuera del tarro de la basura

De todos modos, entramos a Alemania en ese automóvil por la frontera holandesa. No fue muy halagador. Los oficiales de aduana mostraban su vieja crudeza alemana. Seguimos por el Rhin. La atmósfera y nuestro estado de ánimo comenzó a cambiar. De allí a Pforzheim, donde nació Lore. Fuimos muy bien recibidos. Visitamos la tumba de su padre y tuve una explosión de pena.

Y realmente fue una explosión. Me tomó totalmente desprevenido, como si se me hubiera abierto un forúnculo. Lore también lloró un poco. A través de la bruma, en los momentos que podía recobrar el contacto con el mundo, vi sus ojos con curiosidad al no entender nada de lo que estaba ocurriendo. Me sentí cercano a ella.

Tampoco entiendo el estallido. Nunca estuve cerca de mi suegro. Si bien durante mis años de adolescente fui la oveja negra para mi propia familia, para la familia Posner era una oveja negra azabache monstruosa. No me tenían confianza.

"Supongo que ahora te lanzarás en una partida en contra de la familia Posner esquivando una vez más tus operaciones".

Bueno, ¿y qué debo hacer entonces?

"Decídete de una vez por todas a terminar un tema".

Decidere, interrumpir. La significación semántica está bien clara.

"No me lances más de tu arenilla semántica a los ojos".

Temí que dirías mierda semántica. No le sienta bien a un perro de arriba, de una familia judía de buena clase como los Posner, usar un lenguaje tan vulgar.

"Ve que otra vez quieres escamotear a los Posner mediante una asociación generalizada".

Sí, y podría haber dicho los Golden y esto nos habría llevado a Miami. Eso es lo hermoso de las asociaciones libres; se pueden hacer girar en cualquier dirección. No hay un vehículo mejor para el comportamiento fóbico.

"Bueno, ¿y los Posner tienen algo que ver con el llanto, o son los Golden?"

Lore puede llorar fácilmente cuando se siente desdichada. Nunca la he visto abusar de sus lágrimas. Por supuesto que lloró con vehemencia

cuando su hermana Liesel y su hija murieron. Habían conseguido vivir en la clandestinidad en Holanda, pero fueron encontradas por los nazis justo antes que terminara la guerra. Mi impresión es que Lore sintió más la muerte de su sobrina que la de su hermana. Nunca pudo cobrar suficiente valor para ver la película *El diario de Anna Frank*.

“Perdóname si fui un poco áspero contigo. ¿Y qué hay de los Golden?”

Inventé ese nombre para construirme un puente hasta Miami.

“¿Hubo alguna experiencia cumbre en el llanto?”

Desde luego que sí. No del modo corriente en que uno se conmueve. Ni siquiera recuerdo haber llorado cuando era tan desdichado con Marty. Sin embargo, recuerdo con nitidez cómo lloraba en agonías de dolor antes de mi segunda operación.

“¿Esas eran las operaciones sustitutas del suicidio?”

Cuando Fausto se molesta con Mefistófeles lo llama una parodia de mugre y sangre, o como diríamos nosotros, una casa de mierda.

Comienza de nuevo el carrusel. Recuerdos esporádicos por doquier.

El placer que me dio en mis años *malvados* representando e imaginándome a mí mismo como Mefistófeles.

Mi tía Schindler. Una enorme mujer gorda con el mejor de los corazones, gozando con mi actuación. Es la única que toma partido en mi lado: “No se preocupen, le irá bien”.

El hermano de mi padre muriéndose de cáncer rectal. Un lecho de mierda y sangre. Asqueroso.

Mi cama en Miami llena de sangre. Marty refrenando el desagrado, limpiando todo con eficacia. Una última prueba de tortura. ¿Me amaré a pesar de esta última fealdad?

Siempre tuve vergüenza de enfermarme. Era como un estigma. Incluso en la trinchera prefería esconder una amigdalitis con fiebre, que admitir una “debilidad”.

Ahora tengo vergüenza de admitir mis hemorroides sangrantes y los calzoncillos sucios que iban con esto.

Esa noche en que desperté con hemorragia, no me sentí avergonzado. Estaba tranquilo, con curiosidad y decepcionado al mismo tiempo de no haber sangrado hasta morir.

Decidí operarme. Al despertar a la mañana siguiente, una voz masculina, un enfermero me decía: “qué bueno que esté de vuelta”. Supe que había estado doce horas en la sala de recuperación y que casi habían perdido las esperanzas conmigo.

¿Qué había sucedido? ¿Medicamentos mal recetados? ¿Ataque al corazón? Eso podría ser la explicación de mis problemas al corazón en los cinco años que siguieron. Tengo un vago recuerdo de haber querido alcanzar algo; una enfermera empujándome para atrás en la cama.

El recuerdo de esa noche me volvió durante una sesión con silocybina. Ese fue un recuerdo espeluznante de mi lucha contra la muerte. Sumergiéndome, esforzándome y despertando un poco, sumergiéndome de nuevo y saliendo hasta que, finalmente, al igual que el sueño que tuve en 1917, venció la voluntad de vivir. Y volví de esa sesión con un gran deseo de vivir.

Ya no para agradar a nadie sino que finalmente para mi propio y egoísta bien. El estado de ánimo existencial de estar “condenado” a vivir se transformó en estar “bendito” con vida. Había completado la explosión de desesperación que había comenzado en la Arden House.

Estoy bendito con vida

Estoy bendito con vida plena y útil.

Estoy vivo

Estoy.

“¿Pero la operación misma tuvo éxito?”

Mucho.

“Hablaste de una segunda operación”.

Sí, tuve otra a las dos semanas. A los pocos días de haber sido dado de alta del hospital desperté temprano en la mañana con gran dolor en la vejiga. No podía orinar. El dolor iba en aumento. Si alguna vez hubo un su-

Frederick Perls

perlativo tengo que usarlo ahora. Dolor agonizante, con lágrimas que me corrían en abundancia, y curiosamente gritaba: "oh, mama mía, mama mía". Sufrí hasta el amanecer. Otra peculiaridad. No se me ocurrió llamar inmediatamente al médico. ¿Sería que temía (¿?) molestar, encontrarme con un rostro enojado, ser increpado?

Bendito sea el catéter. Diagnóstico: próstata engrandecida. Tratamiento: extirpación.

Esta vez me hicieron decenas de pruebas y exámenes. Una radiografía decía que parte del intestino grueso estaba caído. Más adelante tendría que operarme otra vez. Ya estaba harto de cirujanos. Después nunca me molesté y nunca me molestó a mí.

De modo que me extirparon la próstata y me esterilizaron de pasada. Me gustó esa idea y también el piropo: "Nunca tuvimos de paciente a un médico que se portara tan bien como usted".

El tiempo que vino después de la operación está en la niebla. Sé que fui de Miami a Columbus y de vuelta. Siento como si eso hubiera sido una interrupción anterior a esas operaciones, pero no estoy seguro. Marty me visitó y me ayudó a organizar mi casa. Por lo cual, probablemente, fue antes.

Aquí en Esalen hay un buen número de hombres por quienes siento gran calidez y ternura. No sé si es la atmósfera que atrae a un tipo especial de persona con la cual me puedo relacionar o es que mi capacidad de amor ha ido en aumento.

Los amigos que tuve de joven siempre fueron muchachos en quienes podía confiar. Mis amistades, luego de la Primera Guerra Mundial y en Sudáfrica nunca fueron lo suficientemente profundas como para llevarme a una confianza mutua y profunda. Aquí en los Estados Unidos confiaba en Paul Weiss y en Vincent O'Connell. Vince está un tanto inclinado hacia lo místico. Pero le falta para ser un santo: extremadamente sensible y perceptivo. Sin hijos propios, él y April su mujer, han adoptado un rebaño de niños y parecen hacerlo muy bien.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Era el psicólogo jefe en el Columbus State Hospital, y aquí es donde fui instructor. No me molestaba el trabajo; me molestó la rutina de 9 a 5 y al cabo de nueve meses me fui. Se hizo ver pronto que esto fue un error. Me debí haber quedado el año entero. Por casualidad, supe que hubiera sido posible que se me revalidara mi título alemán en el distrito de Columbia. Presenté mi solicitud pero fue rechazada por aquellos tres meses que faltaban.

Ahora soy un no-psiquiatra en California, lo que no me incomoda mucho, ya que no estoy recetando medicamentos y como me lo hizo saber el Director de Salud Mental, estoy sencillamente usando mi derecho a libertad de plática: un elemento redentor de la Constitución de los Estados Unidos en contraste a su exigencia imposible: la búsqueda de la felicidad.

"Entonces, ¿no crees acaso en la búsqueda de la felicidad?"

No. Creo que esto es una falacia. No se puede *lograr* la felicidad. La felicidad ocurre y es una etapa transitoria. Imagínate lo feliz que estuve cuando me sentí aliviado de la presión en la vejiga. ¿Cuánto duró esa felicidad?

"¿Crees que alguien puede lograr alguna vez la felicidad como estado permanente?"

No. Se podrá estar sentado en la misma posición de yoga durante catorce años o se podrá estar tendido durante catorce años en el mismo diván o durante catorce años se podrá ser benefactor. Debido a la naturaleza misma del *darse cuenta* (*awareness*) es imposible ser feliz en forma continua.

"Pero la felicidad es asunto del darse cuenta. No se puede ser feliz sin darse cuenta. O es que te estás poniendo freudiano al decir: "¿Estaré inconscientemente feliz?"

Tonterías. El darse cuenta (*awareness*) existe por la naturaleza misma del cambio. Al haber igualdad, nada cambia, no hay nada por vivenciar, ni nada que descubrir. En lenguaje conductual se diría que no hay estímulo para la felicidad.

Cuando la "búsqueda de la felicidad" se convierte en un programa, hay que incluir también aquella paradoja que dice: "el camino al infierno está pavimentado con buenas intenciones". También implica que la infelicidad es algo malo.

Frederick Perls

“¿Te estás volviendo de súbito masoquista? ¿Me vas a decir a mí que la infelicidad es algo bueno? ¿O será que ahora suscribes la virtud cristiana del sufrimiento?”

Por favor entiéndeme. Lo único que he dicho es que la felicidad por la felicidad, a lo más va a conseguir un divertirse prefabricado a lo Disneyland.

El masoquismo es dolor por el dolor. Buscar el dolor y hacer de él una virtud es una cosa, y otra cosa es comprender el dolor y tomarlo como señal de la naturaleza.

“¿El dolor es señal de qué?”

De esto: – “Hazme caso. Deja por un momento lo que estás haciendo. Yo soy la gestalt que surge. Algo anda mal. ¡Atención! Algo me duele”.

LA SILLA CALIENTE:

Estoy en esta silla
Para que tú me veas
Siento el latir de mi corazón
Y me siento a mí mismo.

Te veo observando
Como sea que me muevo
Y te veo pillándome
en mi propia brecha.

Estoy con dolor
No voy a revelar
Mi lucha en vano
Mi querer esconder

Mi dolor insiste
Me estoy arrancando

Dentro y fuera del tarro de la basura

Y sigo defendiéndome
del precio que he de pagar.

Tengo que hacerlo
aunque me muera de temor
prefiero atravesarlo
en la esperanza de que tal vez

Llegue a ser *verdadero*.

Durante dos días no tuve ningún deseo de escribir, ya sea porque una serie de eventos de mi ZE habían cobrado prioridad, o porque había encontrado una buena veta en este escrito.

Lo natural hubiera sido seguir hablando acerca de lo que estoy haciendo con/a la persona en la silla caliente: el enfoque del *ahora* y del *cómo*, de la responsabilidad y del comportamiento fóbico.

Últimamente he adquirido el hábito de *usar* mi cansancio en vez de *someterme* a él, quedándome dormido. Anoche no podía dormir y tampoco sentí el impulso de levantarme para hacer algo. Durante un buen rato estuve en contacto con lo que llamo mi estrato esquizofrénico. Podía conectar diferentes cosas. No como en las sesiones con LSD, en las que, principalmente, me dedicaba a fabricar observaciones críticas e intensificaba el intercambio entre figura y fondo, convenciéndome así de haber tenido una experiencia significativa. No, esta vez fue diferente. Contacté un estrato en que habían trocitos dispersos y fragmentados, como pequeños introyectos, pequeños cuerpos extraños. Muchos de ellos eran sensaciones físicas e imágenes, pero desconectadas entre sí. El hablar subvocal era aún un tanto coherente, incluso menos como sombras que en mi modo usual de pensar.

Me gustó el que se confirmara mi sospecha sobre el estrato esquizofrénico y el haber podido darle una buena ojeada.

Aparentemente este estar en contacto produjo –sin tener yo la más remota idea– un cambio. La compulsión lasciva tuvo esta vez un verdade-

Frederick Perls

ro descanso. Esta vez pude *estar* sencillamente en los baños, y mirar y soltarme, sin tener que andar confabulando estrategias para poder tocar y ser tocado eróticamente.

Cuando se me pregunta si voy a abandonar el cigarrillo, por lo general, respondo: "estoy esperando que los cigarrillos me abandonen a mí". Estoy cada vez más convencido de que voy por buen camino. Hace ya tres meses dejé la masturbación compulsiva y no queda prácticamente nada de ella.

Ahora puedo ver el primer quiebre en mi juego sexual y sé que algún día algo semejante va a ocurrir con mi hábito de fumar.

Ayer les dirigí, al segundo grupo de Jim Simkin, una sesión de trabajo de sueños. Hubo un caso que vale la pena ser registrado.

Trabajé el sueño de una mujer de mediana edad. No puede soltar a su hija y la está volviendo loca con aferrarse a ella, hasta el punto de tener que internarse. Vive la vida de su hija, es "súper responsable", continuamente interfiriendo. Entonces, hice algo nuevo.



A varias personas que tienen fijaciones al cordón umbilical las he hecho jugar al nacimiento. En esta oportunidad dejé que ella reviviera una vez más el momento del parto de su hija. No había habido o más bien, no hay tal trauma del parto, únicamente faltaba tomar real conciencia de la separación. A medida que progresaba el trabajo, se hizo evidente que don-

Dentro y fuera del tarro de la basura

de otros tienen una sensación de lo propio, de personalidad, de ser único e individual, ella no tenía más que un hueco, un vacío estéril.

Luego de su vivencia del parto la puse en contacto con su cuerpo y con el resto del mundo, algo que antes estaba ausente para ella. En otras palabras, comencé a cambiar el vacío fértil, que hasta entonces estaba lleno con su hija, en el principio de un vacío fértil. Un descubrir su propio valer y su propia sustancia. Hoy la vi, y como es usual en este tipo de casos, sintió un gran alivio y ya está cambiando.

Todo esto subraya la frase de Virginia Satir, que tenemos que encontrar a la persona que sea capaz de volver loco al paciente.

Recientemente tuve algunos problemas financieros que antes me hubieran trastornado hasta el punto de tomar venganza, o por lo menos me hubieran causado preocupación en mi fantasía. Ahora lo puedo tolerar mucho mejor como algo desagradable, pero no catastrófico. Esto me lo pueden hacer a mí *ahora*.

También algo anastrófico que puede resultar en un desarrollo importante.

Tengo algo que confesar. Además de aquel tarro de la basura en donde encuentro a personas, sucesos, juguetes, teorías, etc., tengo otro tarro que es verdaderamente fantástico. Ahí hay todo tipo de ensueños. Hay fantasías sexuales como también hay sueños megalomaniacos hacedores del bien y hacedores del mal.

Uno de mis sueños favoritos es aquel en que me veo como dictador del mundo y, ocasionalmente, dedico bastante tiempo a lucubrar en detalle cómo gobernaría al mundo. Luego, al hacer mis constataciones, veo que sería mucho mejor tener a cualquier hombre con sentido común antes que este mundo fragmentado precipitándose al abismo de la autodestrucción. Pero no me molesta la impotencia que tengo para llevar esto a cabo. El fantasear como un pasatiempo, es ya lo suficientemente gratificante.

Frederick Perls

Por ahora mi fantasía favorita es escribir un manifiesto gestáltico, con cuatro proposiciones fundamentales:

- 1) Kibbutz Gestáltico.
- 2) La proposición de Kubie para una nueva disciplina: terapeuta-profesor-psicólogo.
- 3) Dividir las universidades en unidades docentes y en unidades de investigación.
- 4) Dividir nuestra sociedad en aptos y no aptos (tomado de una inspiración de E. Dreykhos).

Lo más próximo a una actualización concreta.

“Olvida eso inmediatamente”.

Es la idea del Kibbutz Gestáltico.

“Te dije que te dejaras de hacer eso y que recogieras los cabos sueltos de antes”.

Veo que se está generando mucho entusiasmo.

“Sólo quieres hacerle propaganda a tu kibbutz con este libro”.

Ayer recibimos una oferta interesante. Hola tú, no necesito propaganda.

“No importa. Pero al menos me estás escuchando. ¡Escucha! Ese manifiesto debe ir al final del libro o como un apéndice. Continúa con tus seis implementos. O con la cesación de tu lascivia”.

¿Estás demente? ¿Yo abandonar mi lascivia? Dije, claramente, que había experimentado un quiebre en mi lascivia compulsiva. En este momento estoy formando otra compulsión: este escribir. Ya se me está haciendo cada vez más difícil pasar una mañana libre y juguetona en la vida con baños calientes, champú y masajes. Voy a echarle de menos a todo esto en el kibbutz de Nuevo México.

“Fritz”.

¿?

“¡Te prevengo! Otra vez te estás poniendo tramposo”.

Muy bien. Me doy por vencido. Pero no diré una palabra más acerca de clasificar las experiencias de llorar o de la silla caliente.

Dentro y fuera del tarro de la basura

“Bueno. Pero al menos ahora estás bien encaminado. ¿Y qué hay de la silla vacía?”

Ya la mencioné antes. La silla vacía es un truco de proyección e identificación.

Me gustan muchísimo esos colibríes, son los danzarines del aire. Vi uno verde muy hermoso en los arbustos de los baños.

“Y qué tiene que ver ello con la silla vacía?”

Pues todo. Están ahí. Son verdaderos. La silla vacía está vacante, esperando ser ocupada con personas imaginadas y con cosas.

“¿Por ejemplo?”

Por ejemplo, ¿qué experimentarías si colocaras la silla vacía sobre la silla vacía?

“Si yo soy una silla vacía, me siento inútil hasta que alguien se siente en mí y me use para apoyarse. Ajá. Eso es gracioso. Siempre creí que no necesitaba de nadie”.

Ahora dame alguna persona o algún objeto que haya aparecido en algún sueño.

“No recuerdo nada”.

Coloca a Fritz en esa silla vacía.

“Fritz, no recuerdo nada de mis sueños. Fritz dice que estás mintiendo. Sólo recuerdo un portadocumentos”.

Ahora siéntate en la silla y conviértete en ese portadocumentos.

“Si soy un portadocumentos tengo una piel dura, guardo secretos y nadie puede llegar a conocerlos”.

Ahora me voy a bajar del proscenio y tú vas a “escribir un guión”. Este es el término que uso para el cambio de sillas y sostener la conversación.

Estoy bastante curioso. Quisiera conocer tus secretos.

No puedes. No tienes la llave para abrirme.

Yo soy la llave. Soy fuerte y bien hecha, pero mis funciones son limitadas. Puedo manipular sólo una cerradura.

Representa a la chapa.

Frederick Perls

Ven llave. Te he estado esperando. Ven a abrirme.
 Entra dentro de mí.
 Calzamos justo. Puedo darte vuelta a voluntad.

¿Qué es lo que dice la chapa?

Gracias. Ya no te necesito más. Puedes meterte en el tarro de la basura.
 Puta.

¿Y adónde nos vamos ahora?

¿A quién le preguntas?

A tí, Fritz.

Coloca a Fritz en la silla vacía. Te regalo tu propio Fritz hasta con tus iniciales. Llámalo P. F. Puedes llevártelo a casa y usarlo sin costo alguno cada vez que quieras. Ese es el "Fritz instantáneo".

¿P. F., qué debo hacer ahora?

¿Qué es lo que estás evitando?

Abrir el cartapacio. No hay nada en él. Me siento estafado, P. F.

Mira cuidadosamente.

Claro, unos pedazos de papel. Tres vacas que fueron donadas para el kibbutz. Un taller de carpintería que también fue donado. Una betonera de cemento. Un camión.

¿Y qué me dices tú?

"Estoy harto de la silla vacía. Quiero tratar contigo, Fritz".

"¿Qué es lo que he hecho ahora?"

"Metiste las donaciones para tu kibbutz gestáltico. Haces trampa".

¿Tú eres mi proyección, verdad? Tú eres yo. No tenemos secretos entre nos.

Lo que sigue es una historia de una proyección doble. Un colega psiquiatra inventó un test de Rorschach simplificado. Usaba tres figuras básicas.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Un día mientras examinaba a un paciente dibujó un triángulo. ¿Qué es esto?, le preguntó.

"Esto es una carpa. Dentro de la carpa hay una pareja fornicando".

Luego dibujó un rectángulo. ¿Qué es esto?

"Esto es una gran cama. Hay dos parejas ahí tendidas fornicando".

Siguió con un círculo. ¿Qué es esto?

"Esto es un rueda. Hay una docena de parejas, todas fornicando".

Finalmente el doctor le dijo: Al parecer tienes la cabeza llena de sexo.

"Pero, doctor, si fue usted quien dibujó las figuras".

"Fritz, no tengo ninguna duda de que *tú tienes* la cabeza llena de sexo. *Tú* presentaste la historia de las tres figuras. *Tú* viste la cerradura como una puta".

Tienes toda la razón. Tengo la cabeza llena de sexo. Yo presenté la historia. Yo convertí la cerradura en una puta.

No estoy dispuesto a hablar del "destino de mi libido" y echarle la culpa a la libido o al inconsciente, como lo hace Freud. Tampoco estoy dispuesto a hacerme enteramente responsable de mi desarrollo sexual.

Tengo simpatía por el punto de vista católico en que el sexo se ve a tono con la naturaleza. El sexo y el hacer niños es un proceso holístico indivisible.

Fui lanzado a un mundo donde se nos ocultaba el proceso y se hacía un misterio de él.

Fui lanzado a un mundo donde la mente y el cuerpo eran cosas divididas, y la mente se convertía en un misterio. Además, el alma inmortal complicaba aún más las cosas.

Fui lanzado a un mundo donde la actividad sexual y la procreación estaban separadas, y el sexo se convirtió en materia de goce prohibido, enfermedad y manipulación.

Fui lanzado a una familia en que los niños no eran la respuesta honradamente anhelada de dos personas enamoradas.

Estaba confundido por todo el conocimiento que había recogido de la calle.

Frederick Perls

Estaba confundido por la teoría pseudo científica freudiana sobre el sexo.

Estaba confundido por mi ignorancia acerca de cuándo el sexo era bueno y cuándo era sexo perverso, y cuándo yo era bueno y cuándo era malo.

Estuve muy confundido en los años de mi pubertad. ¿Debería culpar a mis padres por su falta de comprensión, a Ferdinand por su seducción o a mí mismo por ser "malo"?

Me tomó muchos años llegar a comprender el problema de la moral y una vez más fue el punto de vista organísmico que me dio la claridad.

Hasta los nueve años de edad se me dio mucho afecto. Mis abuelos solían decir: "Tiene tan buena pasta que reúne tanto el amor de Dios como el amor del Hombre".

En realidad debí haber sido un niño muy querible, afectuoso, ávido por agradar y aprender; pelo largo y rizado, para luego ser sacrificado en la escuela a pesar de mis protestas y lágrimas.

Aprendí a leer muy temprano. Salvo dos excepciones, no había libros en la casa de mis padres. Mi padre tenía una biblioteca cerrada con llave en su dormitorio. Esa pieza era un misterio. Me gusta creer que mis días malos se iniciaron con mi irrupción y exploración de esa pieza. Es más probable que hayan comenzado con la transición del ambiente seguro y cálido de la escuela primaria a la atmósfera extraña y rígida del *gymnasium*.

En casa de mis abuelos encontraba muchos libros. Solía tirarme al suelo a leer a Mark Twain y muchos otros.

En realidad esto de recolectar recuerdos para dar luz a los años de mi niñez es una confabulación. Estoy escudriñando. No hago esto sólo para mí, más bien lo hago para un auditorio "como si" alguien me hubiera pedido que escribiera mi autobiografía, "como si" debiera buscar, al igual que Freud, las explicaciones a todo.

Estoy en casa de Bob Hall, escribiendo en la pieza de planchar. Abro un libro de astrología. Mi signo es "Cáncer" y voy leyendo: "La luna da de-

Dentro y fuera del tarro de la basura

seos de palpar, de coleccionar, estimula la curiosidad y afecta fuertemente a las emociones. Indica habilidad para atraer a las personas hacia sí". Qué increíblemente bien calza esto. Agréguese "un intelecto fuerte y testarudo" y habrán recorrido gran parte de mi identidad. La astrología, otro misterio.

Estoy machacando la palabra "misterio". En mi escudriñar hace unos minutos me detuve ante una serie de incidentes "misteriosos".

Además de los libros de mi padre guardados bajo llave, tenía acceso a una revista semanal de misterio que pertenecía a nuestra mucama.

Por lo general, mis hermanas y yo éramos muy unidos. En una oportunidad fui excluido de un juego que transcurría en el patio mientras un muchacho hacía de guardia. Sospechaba juegos sexuales. ¿Cómo fue que llegué a sospechar? No lo sé. Lo único que sé es que estaba ocurriendo algo misterioso.

Relacionado a lo misterioso está el miedo proverbial. Ni la religión ni las cosas que sucedían en el templo me inspiraban este miedo proverbial. Esto de sacar el rollo de oraciones del santuario y leerlo en un idioma extraño al mismo tiempo usando una voz peculiar y haciendo unos movimientos extraños me parecía bastante raro.

Tuvimos que aprender hebreo. Salvo raras excepciones, todo era impersonal. Hubo una excepción que aún está clara en mi memoria, el interés que mostraron por mi nariz luego de un accidente.

Los tres niños habíamos pasado cerca de una casa en construcción en el momento que el viento tumbó un pesado muro. El borde me golpeó la nariz y cayó sobre Grete quebrándole una pierna. El capataz corría por todos lados desesperado, repitiendo que era inocente; nos llevaron a la posta de primeros auxilios en una ambulancia. Me gustó la excitación y la pelotera, pero di un grito cuando me pusieron yodo en la herida; como que también me gustó la alharaca que hizo el rabino al inspeccionar mi nariz, porque mi nariz no estaba ni siquiera quebrada.

Me gustó toda la atención y los regalos que recibí para mi *Bar Mitzvah*, donde todos se sentían orgullosos de lo bien que había recitado mi oración. Hasta hubo un regalo de la familia Staub. Durante unas semanas tuve una tregua a mi status de oveja negra.

Tal vez el incidente más importante por el cual logré ese estatus fue la irrupción en la pieza secreta de mi padre.

De algún modo, me había conseguido la llave, y cuando no hubo nadie en casa entré a la pieza.

Había un desorden increíble. Mi padre jamás permitía que se ordenara o se hiciera el aseo. Había repisas llenas de libros por ser investigados. Todos estaban relacionados con el gran hobby y ambición de mi padre: el llegar a ser Gran Maestro de los Masones.

Le gustaba que le llamaran "Orador" y ser visto con una gran cinta azul cubriéndole el pecho, su larga e impresionante barba, su figura poderosa. Su aspecto, en realidad, era magnífico.

Nunca llegó a ser Gran Maestro de las logias grandes ya establecidas, por lo cual creó una propia. Al cabo de unos años siempre reventaban, con lo cual fundaba otra nueva con un nuevo auditorio para sus largos discursos sobre ideales. La presentación a la logia, como tal vez ya lo sabrán de la "Flauta Mágica", era una prueba severa en la que el neófito debía dar muestras de su coraje y valor para ser aceptado como miembro de la secreta.

Cuando tenía alrededor de dieciocho años y ya había superado el *impasse* de mis años "malos" mi padre decidió que ya era tiempo de ser presentado a su logia. Me daba curiosidad el penetrar el velo de ese misterio y estaba dispuesto a pasar la prueba.

¡Qué desilusión y qué vergüenza! Se me vendaron los ojos. Dos hombres me condujeron por unos pasillos y salas, dando portazos, y al mismo tiempo escuchaba algunos ruidos que debían resultar atemorizantes. Luego hubo algunos rituales compulsivos. Con dificultad pude mantener una cara seria. Jamás volví a aquellas sesiones.

En las festividades, como en Navidad, mi padre se convertía en su propio ser rabelesiano. Le encantaba bailar el *krapolka*, beber y besar. Incluso por profesión había escogido ser vendedor ambulante de los excelentes vinos palestinos. Desde luego que no era un simple "vendedor viajero", sino que, según él, era "representante principal" de la Compañía Rothschild.

En una oportunidad hizo una observación que me cayó muy mal. "Y qué más da si bebo hasta matarme. Mi hijo cuidará de la familia".

Mi entrada en su pieza secreta no hubiera tenido las desastrosas consecuencias que tuvo a no mediar una complicación: una alcancía que contenía una pieza de oro y que iba a ser de propiedad futura de mi hermana Else. Extraje la pieza y con ella compré estampillas para la colección de mi bien parecido y rubio amigo cristiano, esperando con ello comprar su amistad o al menos como prueba de amistad. ¡Cuántos reproches recibí por ese hurto y cuántas veces tuve que pagarlo!

Cuando se descubrió el delito tuve que arrancar despavorido. Dormí en las escalinatas de casas desconocidas. No tenía dinero.

Visité a algunos amigos que vivían en otro barrio de Berlín, logré juntar algo de dinero para comida y locomoción que guardé para comprar pan al día siguiente.

Entonces, calculaba que tal vez "ellos" pensarían que me había matado o algo por el estilo y que no me enviarían después de todo a un reformatorio, como tantas veces me lo habían prometido. Tal vez "ellos" incluso estarían hasta contentos de saber que aún estaba con vida.

Volví y me encontré con una reunión de gente muy ceñuda, que incluía a mi tío Eugen, el hermano médico de mi padre; otro fanfarrón. El veredicto provino de mi padre: "Te perdonaré (hay que recordar que él era masón y el perdonar era una función importante de esa casta; el canto preferido de mi padre: la hermosa aria de Mozart para bajo: "Estas sagradas salas no guardan venganza para ti"), pero jamás olvidaré lo que me has hecho". Hermoso, ¿verdad?

Mi situación en el *gymnasium* ya se estaba deteriorando. El director tenía un nombre polaco, y, posiblemente, para demostrar su sangre aria era muy, pero muy nacionalista. El colegio era nuevo y había reunido a un grupo de profesores cuya mejor descripción sería mediante una frase de Churchill: "Pocas veces ha ocurrido que tan pocos profesores torturaran a tantos niños durante tan largo tiempo". La actitud básica era la disciplina y el antisemitismo.

Fracasé en mi examen de admisión y fui enviado a un tutor a quien le gustaba por mi inteligencia y hacía uso de esto para empequeñecer a mi co-pupilo, un zopenco. Una vez tuve que ir ante él con mis pantalones cagados. Aunque había logrado limpiarme bastante bien en el baño, debo haber estado bastante hediondo. El hecho es que nuestro tutor estuvo husmeando durante toda la sesión y miraba desconfiado a mi co-pupilo. No dije una sola palabra. Creo que éste fue mi primer acto de deshonestidad. En los años que siguieron de *gymnasium* aprendía a mentir con bastante éxito.

Junto conmigo había otros cuatro judíos en clase. Kraft que llegó a ser psicoanalista. Schildkraut logró triunfar en el cine y Hollaender compuso hermosas canciones para Marlene Dietrich.

Cuando desmerecíamos se les enviaba una nota a nuestros padres, sin el franqueo pagado. Me veía atrapado entre mi odio por el colegio y el terror a las reprimendas de mis padres, hasta que descubrí una salida: esperar que viniera el cartero, interceptar la carta y falsificar su firma. Finalmente, también fui descubierto en esto. Lento, pero seguro, iba llevando a mi madre a la desesperación. Se desvanecía la gran ambición de su vida; era indomable, cortaba las cuerdas de su gato con siete colas. En cierta oportunidad en que me arrancaba para evitar que me agarrara, cerré la puerta de un golpe, quebré el vidrio y me divertía poniéndole caras y contemplando su impotencia para darme alcance.

En la escuela me fui deteriorando, por lo que tuve que repetir el séptimo año y nuevamente fracasé, por lo cual fui expulsado. En ese tiempo en Alemania a nadie se le ocurrió que el abandono de la escuela por un muchacho brillante y simpático tal vez era sólo por su culpa.

El otro que abandonó la escuela junto conmigo fue Ferdinand Knopf, mi iniciador en el sexo y a quien con facilidad acepté como mi líder. En realidad nunca nos masturbamos el uno al otro, pero sí simultáneamente, mientras me contaba las aventuras de su hermana mayor. Lograba una erección con facilidad. Luego vino mi iniciación en el fornicar.

Compramos unos caramelos (cada paso que seguíamos era por sugerencia de él) y encontramos una prostituta que le tenía cierto aprecio. Teníamos ambos trece años de edad pero él se veía mayor.

Tomamos un tren local al pinar cerca de Berlín. Ellos charlaron todo el camino, mientras yo estaba aprehensivo y mudo. Nos prometimos no atisbar. Yo reprimí mi curiosidad. Luego vino mi turno. Pronto la muchacha se impacientó con la dificultad que yo estaba teniendo en tener un orgasmo y me hizo a un lado. Me di vuelta. Ferdinand estaba mirando. Me sentí traicionado.

Al poco tiempo después su liderazgo me sirvió de mucho.

Luego que fui expulsado del colegio, entré como aprendiz de un comerciante de muebles. Le hice demasiadas bromas al jefe y también fui despedido. Ferdinand, como de costumbre emprendedor, encontró otro colegio que nos aceptaría, el *Askanische Gymnasium*, una escuela liberal. Aprobé el examen de admisión, quería mucho a unos cuantos de los profesores con orientación humanista y escribí trabajos tan buenos para el Abiturium que fui eximido del examen oral.

Esto ocurrió a pesar del hecho de que ya había comenzado mi vida múltiple. ¿O sería debido a que...?

En camino a San Francisco me detuve en Monterrey para asistir a un simposio durante el congreso de "Análisis Transaccional". Me gusta el término "transacción", que indica que durante el intercambio verbal está transcurriendo algo verdadero, algo más que una serie de clisés, más que el intercambio de clisés, más que el juego de ping-pong, más que el juego de "quién tiene la razón". Me gusta Eric Berne y en especial me gusta Bob Goulding quien hacía de moderador. Me habían puesto a un oponente joven y bien intencionado, pero que no resultó ser un desafío para mí. Fue una lástima que Eric no hubiera sido mi opositor.

Siempre me ha impresionado el énfasis que hace Eric del role playing, sin embargo, lo que vi en mi rival fue bastante desilusionante. No sólo se asemejaba al enfoque freudiano, sino que era una negación del propio *dictum* de Berne de que estamos *representando roles*. Los dos roles que pude observar se reducían al del padre y del hijo y eran tomados tan *endemo-*

Frederick Perls

niadamente en serio. Jamás se refirieron al verdadero juego que ellos mismos juegan; la clasificación compulsiva que hacen de cada frase como perteneciente ya sea al padre o al hijo. La idea de maduración, de integración y de trascendencia del role playing les era totalmente ajena. Al igual que en el análisis ortodoxo, el interés se centra en la zona media. El estar en contacto con el mundo y con uno mismo no parecía ser parte integral del enfoque de opositor. Se prohíbe acariciar excepto en forma simbólica.

Me gustó uno de sus juegos: coleccionar sellos. Si se tiene un libro de sellos verdes, uno tiene derecho a sentirse de tres metros de estatura; si se tiene un libro de sellos negros se tiene derecho a una depresión, incluso al suicidio.

Sin embargo tengo envidia del éxito de Eric
 Sí, estoy celoso debo confesar
 (Tienes un olfato perfecto)
 Que el tratado de Eric fue un batatazo
 Un best seller por cien semanas.

Debiera existir algo intermedio entre la faramalla incitadora de los Schutz y los Gunther, con sus cientos de trucos, y la opacidad y pobreza de la restricción a los dos roles bernesianos. Al menos, ocasionalmente, permítase que un príncipe se convierta en un sapo feo.

Me acabo de dar cuenta que estaba omitiendo un mérito importante del enfoque de Berne. Reich le dio cuerpo a la noción de Freud de la resistencia, un trozo de realidad que él denominó la armadura. Berne le dio al súper ego de Freud un oponente tangible, el niño. El súper ego de Freud domina las abstracciones como los instintos, el ego, las acciones. Por lo tanto, Berne estableció una polaridad verdadera.

A estos opositores yo les llamo “perro de arriba” y “perro de abajo”, con énfasis en las necesidades de control, en los resentimientos, en las exigencias y en las frustraciones mutuas.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Veo los conflictos internos, como así también los conflictos entre padres e hijos, marido y mujer, terapeuta y paciente, como intentos —por lo general exitosos— de mantener un *statu quo*, de matar el futuro, de evitar el *impasse* existencial y la pseudoagonía que acarrear consigo.

Veo que estos conflictos se apaciguan, y tanto la armonía, como la integración llegan a imperar tan pronto como los oponentes recobran sus sentidos, en especial si recobran sus oídos. El equiparar el escuchar con el entender, no es sólo una treta semántica. Es la verdadera comunicación.

La humildad del entender (*understanding*) contrasta con las necesidades de control del ponerse encima (*overstanding*), de la ejemplaridad, del virtuosismo.

Pelear es bueno si con ello se moviliza el potencial que uno posee, como ocurre con muchos deportes y con la competencia intelectual. Está basado en el goce del crecimiento.

Pelear es perjudicial si se moviliza ya sea por prejuicios o en nombre de la virtud. Entonces se basa en el goce de la destrucción.

Esto es “bueno” y eso es “malo”. Juicios, moralismos, ética.

¿De dónde provienen estas cosas? ¿Son parte de la naturaleza?, ¿son la voz de Dios?, ¿serán los caprichos de los que hacen las leyes? ¿Qué es lo que nos hace atacar lo “malo” e idolatrar lo “bueno”?

Hasta la época de Nietzsche y Freud, la conciencia era considerada como la herencia más preciada del hombre. Kant aún sitúa a los Imperativos Categóricos a la par con las estrellas.

Compárese esto con el cinismo de Hitler: “Yo, por un acto de voluntad, puedo declarar a cualquiera, amigo o enemigo”.

El enfoque católico, el haber nacido en el pecado, desprovistos del equipo moral suficiente para la vida, complica aún más el asunto.

Del mismo modo que Darwin destronó al hombre como creación extraespecial de la naturaleza, fue Freud quien desbarató la idea de que la conciencia es una institución divina. Dejó bien establecida la intromisión de la sociedad, vía papá y mamá, en el animal humano. Dejó en claro cómo mediante el mecanismo de la introyección se perpetúan los tabúes sociales en el ser humano: la internalización de la policía.

Aún no está dispuesto a aceptar al animal humano incluyendo su sexo, sencillamente por lo que es. Se ve obligado a justificarlo. Aún queda un matiz de maldad católica en su infante, incluyendo su proyección de una perversidad polimorfa en el niño.

“¿Podríamos dar un paso más y ver la dicotomía entre el bien y el mal como función orgánica?” Creo que podremos hacerlo. Podemos ver esa dicotomía como una reacción orgánica proyectada.

“¿Te escucho bien?”

Creo que dijiste

Si reaccionamos proyectadamente

Conocemos el bien y el mal”.

Eso viene más adelante. Esa es la reacción a la reacción proyectada.

“Encuentro increíble

Que lo que dices confirma

Como me vuelves loco

Con tus términos pomposos”.

Por el contrario. Mis honorables intenciones no son más que volverte sano.

“Negaste por entero

Estímulo-reflejo

Ahora te escabulles elegantemente

Trayendo de vuelta las reacciones”.

Trae de vuelta las reacciones,
no me des la espalda.

“Reaccionaste mal

A mi pequeña canción

Dicho triste y perversamente:
Soy malo y estoy equivocado”.



Te estás acercando. A no ser porque me molestaste, hubiera podido discutir contigo “bien” y “mal” como funciones orgánicas, incluso me hubiera aventurado en un terreno desconocido: la química de la moralidad.

“¿? ¿? ¿?”

Freud era un “situador”. Es decir, estaba orientado topológicamente.

Andaba situando las cosas en diversos sitios. Aunque para algunos acontecimientos reservaba el término “desplazamiento”, gran parte de su teoría puede ser entendida en términos de movimientos en el espacio. Esto puede parecer paradójico. A primera vista, parecería que Freud es orientado en el tiempo, ya que su preocupación con el pasado es bastante obvia.

“¿Otra vez estos atacando a Freud?”

De ninguna manera. Estoy tratando de llegar a él. Podría decirse que lo uso para mi propio entendimiento. Durante veinticinco años usé la topología en sus tres formas (proyección, introyección y retroflexión), en definitiva siguiendo el propio modo de pensar de Freud, mientras que negaba su validez frente a otros problemas.

“Danos algunos ejemplos”.

Tomemos como ejemplo la “Transferencia”. Literalmente significa colocar una cosa en el lugar de la otra. El término ha sido oscurecido dándole toda clase de connotaciones como: confianza, fijación, exigencias de apoyo, etc. Originalmente significó el transferir los sentimientos que se tenían por un padre, etc., al terapeuta. Más tarde el término perdió su nitidez y

Frederick Perls

metodológicamente se transformó en un truco de prestidigitador. Una transferencia negativa ya no significa el cambio de crédito a débito, sino que el despliegue de un comportamiento negativo, probablemente hostil.

La conciencia y "el" inconsciente también son lugares en la teoría de Freud. El inconsciente se transforma así en el lugar donde se colocan las cosas "des"-situadas. La boca, el ano y los genitales son las ubicaciones donde debe colocarse a la libido.

El nombre que utiliza Freud para la pareja figura/fondo, es el de *cathexis*: *Besetzung*, sentarse en, ocupar un lugar, excepto que puso pegamento donde es más deseable la libertad para poder cambiar. En otras palabras, se olvida al proceso y se suplanta por un pensar mecanicista.

En ningún lugar aparece esto tan claro como en su idea de la introyección. Un momento el objeto está afuera, y en el instante siguiente está dentro del organismo. El proceso mecánico de moler sólo se sugiere y la química no existe para nada.

Luego que el alimento se ha molido hasta una pulpa, aún se requiere el proceso destructor (destructor) de los jugos digestivos. Los alimentos, tantos mentales como físicos, no pueden ser utilizados por el organismo para sus funciones específicas a menos que sean degradados en aminoácidos etc., es decir, hasta llegar a una sustancia elemental que las células puedan aprovechar.

Este es el punto cero. Este es el momento en que la sustancia extraña a uno pasa a formar parte de uno mismo. Hasta este momento, el organismo tiene que tratar con sus necesidades, con sus apetitos y sus déficit (-).

El paso siguiente es la acumulación y la eliminación de las sustancias químicas inaprovechables, que, de no ser eliminadas, obstaculizan los demás mecanismos hasta el punto de ser venenosas y perjudiciales al organismo. Hablando en términos fisiológicos, podría decirse que por intermedio de los riñones el hígado, etc., está transcurriendo un proceso de desintoxicación. Para lograr el punto cero, el organismo debe disminuir su (+) de sustancias indeseables.

Las personas tóxicas carecen de un sistema eliminador de veneno que funcione adecuadamente.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Estamos aún muy lejos de un entendimiento verdadero de las relaciones entre lo que es la conducta organísmica y la personalidad. Incluso tampoco estamos seguros de su identidad.

"Veó que te fuiste por un atajo y finalmente conseguiste meter tu química. Pero aún no veo la conexión que hay entre la química y la moralidad".

Me gusta aquel enunciado que dice: la moralidad no es originalmente un juicio ético, sino que, más bien, un juicio organísmico. Volvamos a mis años "malos". Mi conducta de entonces hacía que mis padres se sintieran muy mal. Estaban irritados, enojados, disgustados conmigo. No decían: "yo me siento mal". Más bien decían: "Tú eres malo", o, en el mejor de los casos, decían: "Me revuelves el estómago".

En otras palabras, la reacción primaria se proyecta y se convierte en un juicio moral. El paso siguiente es que ciertas formas de conducta son catalogadas de "malas" por la comunidad e incluso elevadas a la categoría de "crimen".

Lo mismo se aplica a lo opuesto. Un niño que está empeñado en agradar hace que su ambiente se sienta bien. Entonces se le catalogará de niño "bueno" y tendrá derecho a alabanzas, caramelos y medallas.

El condicionamiento, los límites del ego, la educación, el cambio, la proyección y otros fenómenos más comienzan a encontrar su lugar.

Yo, tú, padres, sociedad y esposos decimos:

"Me siento bien contigo, estoy cómodo.

Te rotulo "bueno". Te deseo *siempre* cerca mío.

Quiero que siempre seas de este modo.

Yo, tú, padres, sociedad y esposos decimos:

"Me siento mal por ti. Me siento incómodo contigo

Si *siempre* me haces sentirme mal,

No te quiero cerca mío.

Quiero eliminarte. No debieras existir.

En tu lugar debiera haber una nada.

Sin su personal, Esalen no sería el lugar que es. Nunca en mi vida he querido y respetado a tanta gente como la que he encontrado acá.

Además de Selig, creo que Ed Taylor y Teddy son dos de las pocas personas en quienes confío incondicionalmente.

Ed es Barbarossa, barba roja, pianista y panadero. Casi escribí que él hacía el pan por el cual Esalen había alcanzado la fama. Me encanta jugar ajedrez con él. La mayoría de los ajedrecistas están empeñados en ganar, como si fueran computadoras compulsivas, tomando mucho tiempo, odiadores apretados al perder, olvidándose de que sólo es un juego.

No ocurre lo mismo con Ed. Estamos jugando. Nos divertimos muchísimo. Hacerle jaque mate al rey es sólo una de las reglas del juego. Las diversas movidas no son compromisos irreversibles. Esto se lo reservamos a la vida.

Teddy es una mujer fina y estupenda. Esto suena un tanto rimbombante. Mejor digamos que se ha convertido en una fina y estupenda mujer. Yo sé que la gente usa la palabra "fina" con cierta liviandad. Yo la uso muy poco. Refinada, fineza. Una buena textura. No hay nada grosero en ella. Bullicioso como soy yo, me gusta el contraste de su modo de ser sencillo. Admiración con un toque de amor, admiración y tácita aprobación. Con Teddy, siempre sé donde estoy.

De Lore no tengo nada más que decir. Luego de tantos años, aún estoy confuso. Nos conocimos hace más de cuarenta años, a través de Fred Omadfasel quien también trabajaba en el Golstein Institute.

Era la mayor de tres hermanos. Me gustaba su hermana Liesel. Al encontrarnos nuevamente en Holanda en 1936 pasamos unos hermosos momentos juntos. En comparación a la pesantez y el compromiso artístico e intelectual de Lore, Liesel resultaba simple, hermosa y coqueta. El menor de todos era Roberto, a quien Lore aparentemente había tratado desdenosamente de niño. El desprecio mutuo que sentimos yo y Roberto nunca lo hemos podido superar. Cuando recién llegué a los Estados Unidos viví un tiempo con su familia. Fue muy desagradable, me sentía como en una continuación de los diecisiete años anteriores en Alemania donde

era mirado como un desterrado que osaba entrometerse en la acomodada familia Posner.

De hecho fue todo lo contrario. Varias veces traté de alejarme de Lore, pero ella siempre se las ingeniaba para alcanzarme.

Ya antes había mencionado al padre de Lore, quien la quería mucho, la mimaba y siempre la dejaba salir con la suya. Su madre era una mujer muy sensible, amante de su piano, un tanto sorda, todo lo cual es parte de su status de retraída. Nos gustábamos mutuamente. Nos visitó en Sudáfrica, e insistió en volver a Alemania llevándose consigo incluso sus joyas, ya que, de lo contrario, los nazis se enojarían con ella.

No me siento bien escribiendo acerca de Lore. Siempre me ocurre que siento una mezcla entre estar a la defensiva y cierta agresividad. Cuando nació nuestra hija mayor, Renata, estuve muy próximo a ella e incluso me reconcilié con la idea de ser un hombre casado. Pero después, al ser culpado por cualquier cosa que anduviera mal, comencé a alejarme cada vez más de mi rol de *pater familia*. Ambas vivieron y tal vez aún lo hacen, en una simbiosis muy abrazadora.

Nuestro hijo Steve nació en Sudáfrica y siempre fue tratado por su hermana como un bobo. Él se desarrolló en la dirección opuesta a ella. Mientras que Renata es falsa, él es verdadero, lento, confiable, más bien fóbico y porfiado antes que pedir y aceptar apoyo. En la Navidad del año pasado, me emocioné al recibir por primera vez una carta personal y cariñosa de él.

Tenemos cuatro nietos. Aún no hay bisnietos.

Tal vez algún día sentiré deseos de seguir ordenando mis cajones y escribiré acerca de mis compulsiones voyeurísticas centradas en torno a Lore, acerca de sus ocasionales introspecciones brillantes y de los cuidados que me hacía cuando yo estaba enfermo.

En este instante, tengo la impresión que llevábamos existencias paralelas, compartiendo unas pocas experiencias cumbres de peleas violentas y de amor, y gastando gran parte de nuestro tiempo en conversaciones tediosas jugando a "¿Y tú puedes superar esto?".

Frederick Perls

Tanto Lore, como muchos de nuestros amigos se oponían a llamar nuestro enfoque Terapia Gestáltica. Pensé en llamarla Terapia de Concentración o algo parecido, y lo rechacé. Esto significaría que eventualmente mi filosofía-terapia sería considerada como una de las otras cientos de formas de terapia, que por lo demás de todos modos ha ocurrido.

Yo me inclinaba por una posición que fuera todo o nada. Nada de compromisos. La psiquiatría americana algún día llegaría a aceptar la terapia gestáltica como la única forma realista y efectiva de comprender, o bien se perdería entre los escombros de la guerra civil y las bombas atómicas.

En 1950 Art Ceppos se arriesgó al publicar un libro que como todas sus publicaciones estaba fuera del sendero de lo más usual. Ciertamente que jugaba y jugaba bien. Las ventas de *Gestalt Therapy* fueron aumentando de año en año y ahora, tras dieciocho años de haber sido publicado, aún están aumentando sus ventas.

Mi predicción fue que demoraría unos cinco años el que este título fuera conocido; otros cinco para que la gente se interesara en su contenido; cinco años más para su aceptación y otros cinco años para una explosión gestáltica. Y eso es más o menos lo que está ocurriendo. La terapia gestáltica está aquí definitivamente. Mi filosofía vino aquí para quedarse. El loco Fritz se está convirtiendo en uno de esos héroes en la historia de la ciencia, como alguien me llamara en una convención, y todo está ocurriendo mientras aún estoy vivo.

Hace recién dos años, con gran dificultad logramos tener cabida en la convención de la APA (American Psychological Association). El año pasado fui recibido con una ovación. Tuvimos una conmovedora celebración de mis 75 años con un banquete y *Festschrift*, además de una colección de contribuciones a la terapia gestáltica y una película de Dick Chase.

El trabajo presentado por Joe Adams fue para mí una sorpresa. Vive en una casa en la playa y es una persona tímida y sencilla. Jamás pensé que me apreciaba a mí o mi trabajo; jamás asistió a mis seminarios. Y ahora sale con una erudita discusión sobre los inmortales y Perls tiene un lugar entre ellos.

Dentro y fuera del tarro de la basura

El otro trabajo que me impresionó fue el de Arnold Beisser, que tanto por su estilo como por su contenido puede considerarse como un clásico.

He conocido a Arnie tantos años. ¡Hola Arnie! Es bueno estar contigo aunque sea sólo en fantasía. Yo sé que nos queremos y que apenas si nos libramos de ser vergonzosos cuando estamos juntos. Te ves tan frágil en tu silla. Nunca te he preguntado cómo se siente el no poder estirar los brazos cuando quieres abrazar a alguien. Qué coraje debes tener para afrontar la vida luego de haber sido muy deportista y verte afectado por la parálisis infantil, con dificultad incluso para sobrevivir.

¿Cómo te está yendo en tu centro de entrenamiento? ¿Cómo está Rita? Quiero expresarte lo excelente que hallé tu trabajo. Pocas personas comprenden la paradoja del cambio.

Muchas veces he pensado que aún no he recibido reconocimiento porque me había adelantado a mi tiempo en veinte años, pero veo que tú tienes aún una mejor perspectiva de los tiempos cambiantes.

Cuando Clara Thompson me insinuó que me convenía ser analista didáctico en la escuela de Washington, yo no acepté. Me negaba a aceptar la noción de adaptarse a una sociedad a la cual no valía la pena adaptarse. Al igual que todas las demás escuelas que predicán el ajuste a algún momento ya pasado en la historia, terminan creando sólo almas perdidas.

Yo, nosotros, creamos un centro sólido dentro de nosotros mismos, nos hacemos como rocas, con las olas que fluyen alrededor.

Sé que esta es una metáfora un tanto exagerada. Antes que reaccionar al ambiente, uno deja su huella en él.

Gracias, Arnold Beisser, por tu comprensión, tu confianza y tu coraje.

Ya sea que esté trabajando con un paciente o con quien sea que me encuentre, estoy particularmente alerta a si quiere agradarme o disgustarme, a si quiere jugar al niño bueno o al niño malo.

En el caso que me quiera desagradar, controlar, y pelearse conmigo y desafiarme, entonces no me interesa. De hecho incluso yo tengo el control

Frederick Perls

porque no estoy tratando de controlarlo a él. Me puedo negar a trabajar con él. A veces lo he largado de la silla caliente y, en raras oportunidades, lo he echado del grupo si es que resulta demasiado destructivo, y por lo general vuelve al grupo con una asombrosa disposición a trabajar. Mal que mal, tras todo valentón hay un cobarde, al igual que detrás de cada niño bueno hay un badulaque rencoroso.

El paciente bueno, al igual que el niño bueno, quiere sobornar con su conducta buena. Si el terapeuta tiene interés por los recuerdos de la infancia, entonces los trae por carretadas. Si al terapeuta le gustan los problemas también se los trae y si se le terminan, inventa nuevos problemas. Si se exigen experiencias, movilizará su histeria y engrandecerá sus colinas hasta llegar a ser experiencias cumbres. Al interpretador le dará rompecabezas, desmayos al incitador, dudas al persuasivo, y así sucesivamente, cualquier cosa con tal de mantener su neurosis.

Estamos de vuelta donde comenzamos. El problema de la identificación. ¿Nos identificamos con el propio yo o con las exigencias de la otredad, incluyendo las demandas de la auto imagen? Estos introyectos y estas exigencias provenientes del ambiente, nos obligan a reaccionar, cuando lo que debieran hacer es llevarnos a accionar, a expresar, a exteriorizar. Las teorías adaptativas dan preferencia a las exigencias sociales. Muchas filosofías y, ciertamente, todas las religiones, condenan las necesidades organísmicas por considerarlas egoístas y animalísticas. Desde luego que las mejores soluciones son las que resultan cuando las necesidades propias y las de la sociedad coinciden. Entiendo por sociedad a los padres, a los terapeutas, las esposas, los profesores y los pegotes; es decir, tanto la sociedad externa como la interna; los introyectos. El conflicto neurótico está en la indecisión por quién se debe agradar, si a uno mismo o al otro.

Ambos lados están llenos de peligros. Si estamos del lado de los ángeles tendremos que sacrificar, desposeer, alienar, reprimir, proyectar, etc., gran parte de nuestro potencial. Si nos identificamos con nuestras propias necesidades, tal vez seamos castigados, rechazados, despreciados, o privados del apoyo externo.

Dentro y fuera del tarro de la basura

La solución terapéutica es la racionalidad; el darnos cuenta que la mayoría de nuestras expectativas catastróficas no tienen validez alguna, que la mayoría de nuestros introyectos están obsoletos, son sólo una carga. Mediante la puesta en contacto con el ambiente y consigo mismo, el paciente aprende a diferenciar entre lo que son fantasías y lo que es su apreciación de la realidad.

Mientras el conflicto entre el individuo y la sociedad es obvio y sabido de todos, mientras el conflicto entre venderse uno mismo a la sociedad y hacerse su propia cama no tiene nada de nuevo, mientras la división entre sumisas y rebeldes se mantiene inalterable desde la antigüedad, de la internalización de estos conflictos y cómo encontrar una solución integrativa aún se sabe poco.

La solución del conflicto requiere la comprensión de las funciones de los límites de lo propio (*self boundary*) y de los límites del ego (*egoboundary*). Ambos son límites de contacto. La expresión límite de lo propio o límite del sí mismo es correcta; el término límite del ego se restringe al individuo, pero sus leyes se aplican a todos los límites de contacto. Estos límites son determinados por la dicotomía existente entre la identificación y la alienación. Ojalá que esta investigación nos conduzca al problema más importante y difícil de todos: la proyección.

Quisiera interrumpir esta discusión abstracta y tediosa para dar un ejemplo que dará realce a la importancia de nuestra investigación.

Un grupo de ciudadanos está empeñado en remover el límite que separa a los negros de los blancos. Por lo general, los luchadores por la libertad (*freedom fighters*) se identifican con las tribulaciones de los negros y exigen que estos se identifiquen también con sus esfuerzos. Mientras están comprometidos en este proceso integrativo, se crea otro límite. Una dicotomía ahora entre los luchadores de la libertad y los luchadores de la antilibertad.

Durante la Segunda Guerra Mundial, el límite corría entre los aliados y los nazis. Pronto se trasladó a un límite diferente llamado "la cortina de hierro".

Podría enumerar muchos ejemplos como estos, en que los límites entre individuos, entre familias, entre clanes, naciones, estratos sociales, están siempre presentes, y mi conclusión es que los ideales como los de las Naciones Unidas y su "hermandad de todos los hombres", carecen de una perspectiva adecuada de la situación y por ende sólo conducen a un optimismo insensato.

En Durban teníamos un club internacional con blancos, negros e indios. Nosotros nos llevábamos muy bien con los negros y los indios, pero todos los intentos que hicimos por juntar a estos últimos entre ellos fracasaron por completo.

El límite verdadero en los Estados Unidos no es tanto la división entre los demócratas y los republicanos, o entre los empresarios y los trabajadores o entre los blancos y los grupos de minoría, o entre los buenos ciudadanos y los rebeldes.

El límite está entre los "aptos" y los "no aptos".

Uso estos términos deliberadamente a manera de evitar juicios morales como bueno y malo, o correcto e incorrecto.

Para poder entender mis ideas acerca de una posible solución tendríamos que partir de la base que sería un programa de tal magnitud que su costo se asemejaría al del programa aeroespacial. Pero la gran diferencia con éste sería que en vez de continuar gastando dinero, a la larga ahorraríamos muchos billones. Y lo que es más, podría ser llevado a cabo o al menos considerado seriamente y comenzado por cualquier establecimiento que esté en el poder.

Eso sí que dudo de que una sociedad tecnocrática, con su afán ilimitado por planificar "cosas", pueda emprender una empresa humanística de esta envergadura. La única esperanza estriba en el reconocimiento de que estamos atascados *de facto* con un problema humanístico gigantesco con la fuerza explosiva potencial de una guerra civil.

Con muy pocas excepciones, todos los ciudadanos pertenecen a una u otra de estas tres categorías que voy a enumerar:

a) Los *aptos*. Estos producen, negocian y prestan servicios a las cosas, y cuidan a los productores, negociantes y a aquellos que dan servicio a las cosas. Se autoabastecen financieramente y forman más bien una sociedad rígidamente organizada.

b) Los *no aptos*. Esta es una sociedad altamente *desorganizada* y erróneamente es considerada como formada por muchas categorías distintas e independientes: los criminales, los lunáticos, los fracasados, los cesantes, los hippys, los indigentes, los drogadictos, los enfermos, los arrabaleros. Son una carga financiera para los *aptos* ya que tienen que ser mantenidos o encarcelados.

c) La clase intermedia: los "cuidadores de no aptos". También son pagados y utilizados por los *aptos*. Estos incluyen a los policías, a los trabajadores sociales, el personal de los hospitales y de las prisiones, los psicólogos, médicos, ministros, etc.

Lo importante aquí es la idea, no los detalles nimios implicados en qué categoría va cada cual.

Lo importante es reconocer lo resentido que están los *aptos* con los *no aptos*, por las enormes cantidades de dinero, de impuestos que hay que gastar en ellos.

Lo importante es el resentimiento y el odio que sienten los *no aptos* por su dependencia y su falta de comprensión.

La tendencia ha sido siempre de convertir a los *no aptos* en *aptos* ya sea mediante la cura, el arrepentimiento o el condicionamiento.

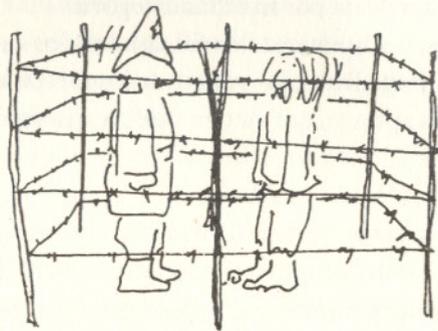
¡Hacer que los *no aptos* se autoabastezcan! ¡Aptos, comprendan lo que es la coexistencia!

Al menos contemplen el problema. ¡Usen sus computadoras!

Hagan planes pilotos. En alguna parte de este mundo debe haber un sociólogo capaz de tomar a su cargo un programa socio-espacial. Y ade-

más, señores generales, consideren esto: los campos de concentración tampoco son la respuesta.

Límites de contacto, reconocimiento de diferencias, eso sí.
Muros, condenación por diferencias, eso no.



¿Poder o cordura?
O bien:
El uso de la fuerza
Para establecer la cordura
Sería
Algo bueno.
Pero como
Siempre ocurre
Será
Mal aprovechada.

A pesar que mi fantasía se escapa, el concepto de los límites emerge con claridad. Estoy satisfecho.

El límite de lo propio podría llamarse también la *obviedad* de los sentidos. El límite de lo propio va tan allá como alcanza el ojo y palpa la superficie de los objetos. Los sentidos palpan. Los sentidos no penetran la superficie. Para adentrarnos más hondo tenemos que destruir la superficie, destruir lo obvio. Estar en contacto significa estar orientado por la superficie. Esta es una de las características centrales de la terapia gestáltica.

Sin respeto por la superficie, penetramos y analizamos *ad infinitum*, porque como sea de hondo que penetramos, siempre encontraremos otra superficie. Al igual que una cebolla, a medida que se pela una capa aparece otra, y otra, y otra, hasta que llegamos a la nada.

Freud habla de las represiones y del retorno de lo inconsciente. Al entender el lenguaje de lo obvio no precisamos de este hablar con doble sentido. Jamás algo puede ser verdaderamente reprimido. Todas las *gestalten* relevantes están emergiendo por sí solas, están en la superficie, son

tan obvias como el desnudo del emperador. Tu ojos y tus oídos están conscientes de ellas, siempre que tu analizar-pensar de computadora no te haya cegado por completo; siempre que te quedes con las autoexpresiones no verbales, los movimientos, la postura, la voz, etc. Al no apuntar a la superficie, a los límites de lo propio, se está irremediamente fuera de contacto —y lo que es más, fuera de alcance— cercado por gruesas capas de verbalizaciones.

El límite de contacto, cómo ser el límite del ego, es un asunto mucho más complicado hasta no entenderse en toda su simplicidad.

El límite del ego es como el lecho de Proustes.

Proustes fue un hombre de la antigua Grecia a quien le gustaba muchísimo jugar el juego del calzar y ajustar. Tenía sólo un lecho. Por lo tanto, si su huésped era demasiado largo, le cortaba los pies; si era demasiado corto, lo estiraba hasta que calzaba al largo de su cama.

Esto es lo que nos hacemos nosotros mismos, en caso que nuestro potencial no calce con nuestra autoimagen.

No todos nuestros límites son tan rígidos como ese lecho. Una historia de la antigua Palestina muestra tanto un límite rígido como uno movable.

En un pueblecito vivía una prostituta. Un buen día los pueblerinos decidieron apedrearla. No sé cuál sería su razón. Tal vez habría estafado a un cliente o tal vez le contagió con una enfermedad venérea. El hecho es que cuando se aprestaban a apedrearla apareció un fulano con pelo largo y rubio, con aspecto de hippy limpio. Levantó su índice derecho y dijo: "Aquel que esté sin pecado lanzará la primera piedra". Todos dejaron caer sus piedras. Silencio. Luego, "bang", una sola piedra fue lanzada.

La muchacha se dio vuelta y exclamó: "¡MADRE!"

¿Qué había ocurrido? No hubo ninguna interrupción en la conducta de la madre. Pero ¿y los demás? ¿De pronto se inhibieron? ¿Calcularon la ecuación pecado = pecado? ¿Se dieron cuenta de su propia proyección? Todo esto es posible, pero la verdad es otra. La verdad es que despertaron

de un trance de furia, se pusieron en contacto con la realidad, tuvieron una especie de experiencia de *satori*.

Estamos pasando por un maravilloso veranito de San Juan. Tal vez un poco demasiado caluroso. Dormí una siesta, desperté de un sueño muy nítido en que me despedía de la familia Rund, la familia de mi madre. Despedirse de mi abuelo parece irrevocable. Volveré a ver a los demás, pero a él no. Estoy sentado y bastante distante de él. Beso su mano y me doy cuenta de que él está ahí sentado y que tengo un brazo junto a mí, pero sin nadie adherido a él. Un brazo muy masculino.

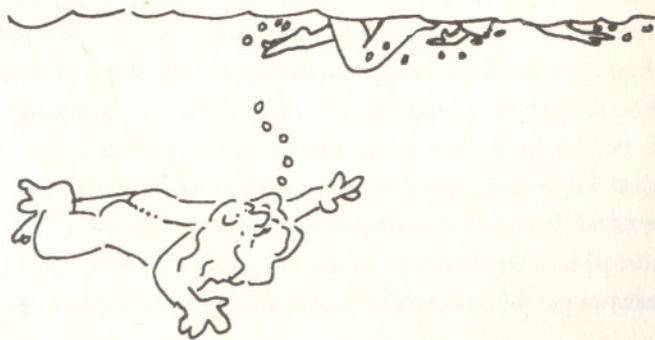
Estoy aburrido y estoy bostezando. Soy demasiado flojo como para hacer algo con este brazo.

Aburrimiento y cansancio. Ya antes me habían ayudado. No quiero trabajar el sueño al estilo Peris, ni tampoco quiero hacer asociaciones al estilo Freud. Quiero quedarme con la atmósfera. Tanto mi despedida de él como mi reverencia por él tienen algo artificial, forzado.

Estoy escudriñando imágenes, estoy bostezando, comparándolo con mi padre, comparando mis abrazos cuando soy poco sincero y cuando son verdaderos. Está surgiendo el cambio en mi curiosidad sexual.

Mi compulsión por mirar, tocar y manipular los genitales femeninos de súbito ha cambiado de carácter.

Estoy despertando. Algo hace "click". Mi voracidad vacía y compulsiva, un trance dictaminado por un ansia de poder jamás satisfecho. Sobrecompensando un disgusto, sin embargo, siempre con una curiosidad sin límites. Atisbando con repugnancia y, al mismo tiempo, con temor de ser



sorprendido. En los últimos días he despertado. El atisbar se ha convertido en un mirar libre y sin culpas, interesado en las diferentes características de las distintas vulvas.

Me dicen mucho acerca de la personalidad de cada muchacha, semejante al encuentro mucho más superficial que es el beso. La experiencia vulvar es intensa y no verbal. Soy demasiado tímido para hablar de ella. Libertad, nada de andar a escondidas, los ojos bien abiertos e interesados, nada de trances, ninguna necesidad de interferir y seducir a la muchacha.

Ahora haré de abuelo. Soy terco y gruñón. No demuestro mucho cariño. Le daré a Fritz un regalo para su cumpleaños. No serán esos soldados baratos de plomo montados a caballo. Ellos pueden montarse y desmontarse. Puedes ver que los caballos tienen hoyos y los soldados tienen algo entre sus piernas. ¿Captas el mensaje?

Observa a los caballos de verdad. Qué poderoso miembro. "Mira esa cosita chiquita que tienes tú".

Tengo ganas de defender mi pene. Hubo un tiempo en que era muy grande y poderoso, pero llegó la hora de decir adiós.

Abuelo, tu muerte apenas me tocó. ¿Y cómo soy yo como abuelo? Recibí una carta de Ren con fotos de Leslie tomadas en la ceremonia de su ingreso a la Universidad. Primera vez que recibo una carta en que no me pide algo, pero esto seguro que es una obertura a una petición que me llegará seguramente por intermedio de Lore.

El hecho es que Leslie me gusta muchísimo. Es una colorina simpática y brillante. Hay algo verdadero en ella que contrasta a la falta de sinceridad de su madre y hermana.

Con Teddy estamos constantemente leyendo este manuscrito antes de llevárselo a casa para mecanografiarlo. Dijo que no entendió la diferencia entre límite de lo propio (*self boundary*) y límite del ego (*ego boundary*). Ya sé que dejé muchos cabos sin atar, pero también sé que no estoy dispuesto a escribir un relato sistemático de la filosofía de la Gestalt.

Frederick Perls

Aún estoy descubriendo, pero también tengo muchas partes listas para el cuadro total. Con mi primer libro violé el veredicto de Mc Luhan: "Ningún libro que contenga más de un 10 % de ideas nuevas será aceptado". Esta vez no es que sencillamente quiera farsantearme de todo lo que sé. Quiero dejarme ver a mí, incluso en mi búsqueda. Tal vez confíen en mí y yo confío que algún día tanto la filosofía como yo formaremos un todo. Tengo renuencia a decir que serán integradas. Este término tiene las apariencias de una finalidad.

Nuevamente tengo que traer a Freud para hacer una comparación. Al final de su vida dijo: "ningún análisis llega a concluirse", y yo digo antes del término de mi vida: "la integración no concluye jamás".

El diría: Siempre se puede analizar y descubrir material nuevo.

Yo digo: Siempre hay algo nuevo que puede ser asimilado e integrado. Siempre hay oportunidad para crecer.

Freud: La integración se cuida por sí sola. Si se liberan las represiones, se ponen a disposición de la integración.

Fritz: Puede que se pongan a disposición, siempre que no queden sólo como introspecciones interesantes. Bastantes veces he visto que el material antes reprimido y ahora liberado, no ha sido trabajado como correctamente exigías que fuera, sino que permanece alienado y proyectado. Esto lo he visto con mayor frecuencia con Reich y los demás rompedores de armaduras.

Freud: No soy responsable por ellos.

Fritz: En cierto modo sí que lo eres. Tú promoviste la teoría de la "descarga de la emoción". Fuiste inconsistente cuando en tu magnífico trabajo sobre el duelo mostraste que la pena y el trabajo de duelo, es un proceso eminentemente promotor de la sobrevivencia, y no sencillamente una descarga.

Teddy: Toda esta conversación no me ayuda para nada. Quiero entender la diferencia entre límite de lo propio y límite del ego.

Fritz: Muy bien. Ahora, Teddy, dime: ¿hasta dónde te extiendes tú?

T: (alzando los brazos) Así tanto.

F: Ahora llega hasta el techo.

Dentro y fuera del tarro de la basura

T: Puedo ver el techo.

F: ¿Puedes ver a través del techo?

T: Por supuesto que no.

F: De modo que llegas tan lejos como puedes con tus brazos, con tus ojos y con tus oídos. ¿Verdad?

T: Verdad.

F: ¿No hay nada de ego en esto?

T: No, al menos no me parece.

F: Alcanzas el techo; ¿eres tú misma que está tratando de tocar el techo? ¿Verdad?

T: Sí.

F: ¿O será que tu ego está tratando de tocar el techo?

T: Eso suena a tontería. Soy "yo" quien lo hace, *obviamente*.

F: Entonces ahí tienes tu límite de lo propio. La filosofía de lo obvio. He estado haciendo trampas en esta historia y dudo que alguien se haya percatado. Cuando Teddy trató de alcanzar el techo fue una actuación. No había nada en el techo que ella quisiera alcanzar. Por lo tanto el estirarse y alcanzar fue un artefacto, una demostración. *La Fenomenología no es una ciencia fácil*. Parece que el emperador siempre se las puede arreglar para ponerse ropa rápidamente y producir una superficie diferente a su propio pellejo.

Aunque las leyes del límite del ego son aplicables a todo tipo de grupos sociales y multiindividuales para no complicar las cosas quiero continuar con el límite del ego individual. Al no entender estas leyes, todas las terapias y las relaciones interpersonales seguirán siendo manejos apoyados en trucos.

El límite del ego es el punto cero entre el bien y el mal, entre la identificación y la alienación, entre lo familiar y lo ajeno, entre la verdad y el error, entre la autoexpresión y la proyección.

Incluso podemos agrupar los términos del lado derecho y los del lado izquierdo y colocarlos dentro y fuera del límite, respectivamente.

Nuevamente estoy volviendo a la palabra "identificación". Algo me pasa con ella. Identifico el sistema sensorial *con* el sistema de orientación,

y a su vez la orientación se basa en la capacidad de reconocer algo como tal. Sin esto hay caos y confusión. La percepción y la cognición parecen fusionarse en el proceso de la identificación.

El centinela le pide la consigna al desconocido. "Identifíquese como identificado con nosotros". Tarjetas de identificación. Huellas dactilares. Testigos que identifican al criminal. En este caso la identificación sirve a la polaridad de lo correcto e incorrecto. ¿Será él de los nuestros? Sólo una persona puede ser "la persona", y un billón serán los "ellos" indeterminados.

La identificación es familiaridad, anticonfusión.

La extrañeza es tenebrosa— no hay cómo orientarse. El forastero en el villorrio está fuera de los límites, es un enemigo. No se conocen sus costumbres. Puede que tenga algo con lo cual no puedo encararme.

El psicoanalista identifica algo alargado como un pene. Esto se adecua a su propia orientación, un sistema que le es familiar.

Un gato identifica algo alargado como un pescado, como algo que pertenece a su mundo de sustentación.

¿Me siento un poco como Heidegger, metiéndome dentro del lenguaje hasta el punto en que toca la existencia. "Identificación" alcanza a dos sistemas: el sistema de orientación (sensórico) y el sistema de enfrentamiento (motórico). Mediante la consigna el centinela identifica a este hombre "como" amigo o enemigo. Se identifica "con" el amigo y le permite pasar el límite, el *cordon sanitaire*. En cambio al enemigo lo rechaza o lo destruye. El amigo es bueno, el enemigo es malo.

El principio de los límites va desde las fronteras de las naciones hasta el comportamiento de los electrones. Un condensador eléctrico tiene una placa aislante donde las cargas negativas se oponen a las cargas positivas.

El límite de contacto también es un límite de separación. Dentro del límite las cosas y las personas toman una connotación positiva, mientras afuera es negativa. Uso "positivo" y "negativo" en un sentido juicioso; "positivo" quiere decir aceptante, "sí", y negativo significa rechazo, "no".

El Dios propio de uno es el Dios de la gente virtuosa, devota. Los otros Dioses gobiernan a los gentiles. Los soldados del propio país son héroes y defensores; los del ejército contrario son atacadores y violadores.

"Todo eso ya lo sé". En el cine vemos abundantes películas que están llenas de tipos malos y tipos buenos. ¿Para qué necesitamos todo este asunto de los límites? Y en especial, ¿para qué necesitan todo este asunto de el límite de lo propio versus el límite del ego? Puede resultar ser algo que les interese a los filósofos y a la gente semántica, pero definitivamente no es para mí. ¿Por qué no nos das algo más personal, algo más estimulante, proveniente de tu vida sexual por ejemplo?

No hay mucho que hablar de eso. Los únicos puntos que valen la pena mencionar son que mi abuelo se me pegó por aún más tiempo del que esperaba, hasta que me di cuenta que él representa al trabajo y la falta de goce. Vivió exclusivamente dentro de los límites de su familia y de su templo. Mi padre vivió fundamentalmente fuera del límite familiar. En casa era una visita para ser servido y respetado.

Mi padre y mi madre tuvieron muchas peleas intensas, llegando hasta la agresión física cuando él le pegaba mientras ella tiraba de su magnífica barba. A menudo la llamaba pieza de amoblado o pedazo de mierda.

Poco a poco se fue aislando, encerrando en sí mismo, a medida que nos cambiábamos de un sitio a otro.

En Alemania todos los edificios de departamentos tenían departamentos que daban hacia la calle y otros que daban al patio. Los departamentos que daban a la calle tenían escalinatas de mármol y alfombras, además de una entrada especial para la servidumbre. Los departamentos interiores tenían por lo menos un pequeño jardín y una vara que servía para que los sirvientes sacudieran el polvo de las alfombras. No había electricidad, por lo tanto no había ni aspiradoras ni refrigeradores.

Mi madre usaba esa vara sobre mí. No me quebró el espíritu; yo quebré las varas.

Fui testigo de la llegada de la era moderna. El propietario instaló timbres eléctricos en nuestro departamento. La corriente provenía de acumuladores. Eran cuidados por mi primo Marty a quien yo estimaba mucho.

Frederick Perls

Le interesaban todos los oficios manuales y los aparatos, todo lo cual a mí también me fascinaba. Nunca pareció interesarse en las muchachas. Finalmente, se suicidó y siempre tuve la sospecha de que lo hizo por no poder vencer el "pecado" de la masturbación.

Los carros del tranvía eran tirados por caballos, hasta que se instaló la electricidad. Cuando instalaron el tren subterráneo de Berlín yo me quedaba horas contemplando a esos gigantes martillos hundiendo pilotes en la tierra. En la cancha de Tempelhof, que era el campo marcial del emperador y ahora es un famoso aeródromo, vi los primeros vuelos a brincos de los hermanos Wright. Luego vinieron las carreras de aviones en que alcanzaban velocidades de hasta setenta kilómetros por hora.

Mientras tanto, a medida que trepaban la escala de la clase media, mis padres se alejaban entre sí cada día más y más. El primer departamento era aún un departamento que daba hacia atrás con cuatro piezas. Justo debajo vivía la viuda Freiberg con un hijo que primero se dedicó al teatro y luego al canto. Con él me inicié en las tablas. Pero, en realidad, tampoco fue así.

Cuando tenía cuatro años me enamoré de una equitadora de circo que parecía pertenecer a otro mundo maravilloso. Su traje dorado, su elegancia, su dominio de sí misma (la princesa del cuento de hadas hecha realidad).

Mi primera diosa digna de ser colocada en un pedestal.

¿Estaría aquel mundo fuera de mi alcance? Tal vez no. Al poco tiempo vi a unos niños en un arenal jugando al circo. Reconocí al payaso. Quién sabe si algún día, algún día...

Nuestro living, que era bastante amplio, tenía además una alcoba. El joven Freiberg, Theo, la utilizó para una de sus producciones teatrales. Las dos hermanas de mi madre, mi tía Salka y mi tía Clara, estaban en el elenco. No entendía ni una palabra, pero se me permitía tirar de las cortinas y hacer pequeñas tareas y además pude asistir a los ensayos. Le gustaba especialmente ensayar los abrazos. Aunque nunca pude imaginar lo que conseguiría abrazando a esas señoras aprisionadas dentro de sus corsés.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Más tarde vinieron las representaciones de Punch y Judy, verdaderos espectáculos teatrales que fueron apreciados y tomados muy en serio. ¿Qué tipo de gente eran esos actores que se podían convertir en algo diferente de lo que eran?

Me decepcioné cuando Theo, con la ayuda de mi profesor de hebreo, montaron *Il Trovatore*. El escenario y la utilería eran algo destartados, culebreaban en el suelo mientras se cantaban el uno al otro. Yo le devolví la mano encontrándolos muy graciosos: Cubría mi desilusión ridiculizando sus esfuerzos.

Nos mantuvimos en contacto y ocasionalmente viajaba con la troupe de Theo a dar representaciones en provincias.

Yo ya había llegado al verdadero teatro. Esto ocurrió una vez que me puse a tono con la vida en el *Askanische Gymnasium*.

A veces en el Teatro Real se precisaba de muchos "extras". Había un actor a cargo de esto. Se le daba medio marco, 12,5 centavos de dólar por cada uno, y como nosotros, los estudiantes, no aceptábamos el pago, éramos muy bien venidos. Nos encantaban los disfraces y la participación y el poder llegar a conocer la literatura de un modo tan vivaz.

Cuando el emperador asistía a una representación de Kolberg, la historia de un estado de sitio, recibíamos la siguiente orden: "El doble de la gritería acostumbrada y de los hurra".

Luego cambié mi lealtad hacia el Deutsche Theater, el cual estaba a cargo de Max Reinhardt. Max Reinhardt fue el primer genio creativo que conocí. Su idea era que los sueños de los escritores tenían que hacerse verdaderos. Los telones pintados tendrían que desaparecer. Las voces pomposas de los gordinflones tendrían que desaparecer. Los caracteres sin contacto con sus parejas tendrían que desaparecer. Nada quedaría sin ser revisado, hasta que la obra trascendiera en un mundo de realidad, dejando al mismo tiempo cabida a la fantasía del auditorio.

Con paciencia infinita ensayaba a sus parejas de actores hasta que sus voces calzaban y se entrelazaban. Comprendía bien el ritmo de las tensiones y del silencio, de modo que la prosa se convertía en música. La tragedia de Edipo representada en un gran circo con cientos de per-

Frederick Perls

Le interesaban todos los oficios manuales y los aparatos, todo lo cual a mí también me fascinaba. Nunca pareció interesarse en las muchachas. Finalmente, se suicidó y siempre tuve la sospecha de que lo hizo por no poder vencer el "pecado" de la masturbación.

Los carros del tranvía eran tirados por caballos, hasta que se instaló la electricidad. Cuando instalaron el tren subterráneo de Berlín yo me quedaba horas contemplando a esos gigantes martillos hundiendo pilotes en la tierra. En la cancha de Tempelhof, que era el campo marcial del emperador y ahora es un famoso aeródromo, vi los primeros vuelos a brincos de los hermanos Wright. Luego vinieron las carreras de aviones en que alcanzaban velocidades de hasta setenta kilómetros por hora.

Mientras tanto, a medida que trepaban la escala de la clase media, mis padres se alejaban entre sí cada día más y más. El primer departamento era aún un departamento que daba hacia atrás con cuatro piezas. Justo debajo vivía la viuda Freiberg con un hijo que primero se dedicó al teatro y luego al canto. Con él me inicié en las tablas. Pero, en realidad, tampoco fue así.

Cuando tenía cuatro años me enamoré de una equitadora de circo que parecía pertenecer a otro mundo maravilloso. Su traje dorado, su elegancia, su dominio de sí misma (la princesa del cuento de hadas hecha realidad).

Mi primera diosa digna de ser colocada en un pedestal.

¿Estaría aquel mundo fuera de mi alcance? Tal vez no. Al poco tiempo vi a unos niños en un arenal jugando al circo. Reconocí al payaso. Quién sabe si algún día, algún día...

Nuestro living, que era bastante amplio, tenía además una alcoba. El joven Freiberg, Theo, la utilizó para una de sus producciones teatrales. Las dos hermanas de mi madre, mi tía Salka y mi tía Clara, estaban en el elenco. No entendía ni una palabra, pero se me permitía tirar de las cortinas y hacer pequeñas tareas y además pude asistir a los ensayos. Le gustaba especialmente ensayar los abrazos. Aunque nunca pude imaginar lo que conseguiría abrazando a esas señoras aprisionadas dentro de sus corsés.

Dentro y fuera del tarro de la basura

Más tarde vinieron las representaciones de Punch y Judy, verdaderos espectáculos teatrales que fueron apreciados y tomados muy en serio. ¿Qué tipo de gente eran esos actores que se podían convertir en algo diferente de lo que eran?

Me decepcioné cuando Theo, con la ayuda de mi profesor de hebreo, montaron *Il Trovatore*. El escenario y la utilería eran algo destantalados, culebreaban en el suelo mientras se cantaban el uno al otro. Yo le devolví la mano encontrándolos muy graciosos: Cubría mi desilusión ridiculizando sus esfuerzos.

Nos mantuvimos en contacto y ocasionalmente viajaba con la troupe de Theo a dar representaciones en provincias.

Yo ya había llegado al verdadero teatro. Esto ocurrió una vez que me puse a tono con la vida en el *Askanische Gymnasium*.

A veces en el Teatro Real se precisaba de muchos "extras". Había un actor a cargo de esto. Se le daba medio marco, 12,5 centavos de dólar por cada uno, y como nosotros, los estudiantes, no aceptábamos el pago, éramos muy bien venidos. Nos encantaban los disfraces y la participación y el poder llegar a conocer la literatura de un modo tan vivaz.

Cuando el emperador asistía a una representación de Kolberg, la historia de un estado de sitio, recibíamos la siguiente orden: "El doble de la gritería acostumbrada y de los hurra".

Luego cambié mi lealtad hacia el Deutsche Theater, el cual estaba a cargo de Max Reinhardt. Max Reinhardt fue el primer genio creativo que conocí. Su idea era que los sueños de los escritores tenían que hacerse verdaderos. Los telones pintados tendrían que desaparecer. Las voces pomposas de los gordinflones tendrían que desaparecer. Los caracteres sin contacto con sus parejas tendrían que desaparecer. Nada quedaría sin ser revisado, hasta que la obra trascendiera en un mundo de realidad, dejando al mismo tiempo cabida a la fantasía del auditorio.

Con paciencia infinita ensayaba a sus parejas de actores hasta que sus voces calzaban y se entrelazaban. Comprendía bien el ritmo de las tensiones y del silencio, de modo que la prosa se convertía en música. La tragedia de Edipo representada en un gran circo con cientos de per-

sonas pidiendo auxilio al unísono acompañados de un gong, revelando pertinazmente las culpas sin culpabilidad del hombre; a *Sueño de una noche de verano* llegando a ser el más hechicero de los cuentos de hadas; la segunda parte del *Fausto* de Goethe, con su riqueza de mitología antigua y medieval alargándose por seis horas y media de atestiguar vivazmente la historia, la filosofía y el ansia de redención del hombre; la riqueza visual de los encuentros de *Everyman's* con la muerte; todos estos cobraban vida en su máxima intensidad, no sólo como "representaciones".

Había comenzado a llevar una vida de existencia múltiple. Por ejemplo, en un verano muchos días transcurrían de la siguiente manera: en la mañana hacía mis tareas en el tren, camino a la escuela.

De la escuela de vuelta a casa para un almuerzo ligero y en mi bicicleta me iba a un teatro al aire libre donde tuve mi primer contrato como actor. Por cada función recibía cinco marcos, lo que era una suma inusitada para mí.

Desconocía lo que era el tener dinero en el bolsillo. Antes de esto tenía que robarlo de la cartera de mi madre o tenía que dar lecciones privadas a los porros. Ahora podría pagar por mis clases de teatro y además me podría comprar una motocicleta.

Después de la función de la tarde, recorría en mi bicicleta los siete kilómetros, a veces sin pasar a comer a mi casa, para llegar a tiempo a la función de Reinhardt, que muchas veces se prolongaba hasta adentrada la noche. Mi madre temblaba de miedo que mi padre fuera a llegar a casa antes que yo y armara un escándalo. Pero esto era poco frecuente. O estaba en algún lugar de Alemania vendiendo sus vinos y sus ideales, o había salido a gozar del vino, las mujeres y el canto.

En esa época yo no era un buen actor y las clases de teatro no me servían de mucho. Eso sí que era bastante bueno para imitar las voces de muchos actores famosos. Es decir, era un buen imitador, pero no era nada de creativo. Recién hace cinco años descubrí mi secreto para ser buen actor.

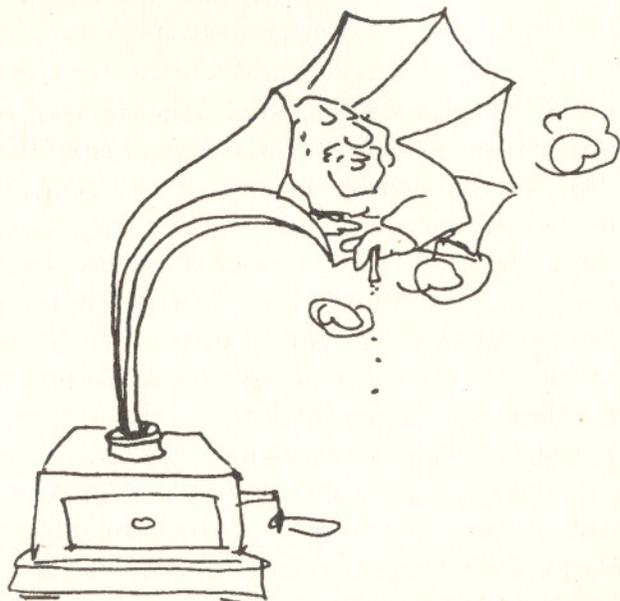
Fue en una fiesta en Ein Hod, Israel. Una serie de personas actuaron. Estaba envidioso y cuando estoy envidioso se me sale el demonio. Decidí darles el susto de sus vidas y hacerme el que me moría. El truco estaba en creer de veras que me estaba muriendo. Ahora estoy convencido de que este truco es la base de la histeria. Resultó a las mil maravillas. ¡Caray que estaban preocupados!, hasta que al final, cuando hice mi reverencia, se enfadaron muchísimo conmigo. Ahora soy un buen actor y con facilidad logro una transformación como la de un camaleón. Le doy mucha alegría a mucha gente, principalmente, cuando hago de payaso.

Nuevamente estoy aburrido y malhumorado. Tras trabajar el sueño de mi abuelo vi que no tengo ninguna razón para estar insatisfecho. Tengo fama, dinero, amigos y talento. El trabajo sobre mi propia patología progresa bien. El aburrimiento mortal desapareció luego que me empecé en este escrito. Ahora ha vuelto, pero muy disminuido. De vez en cuando, cuando estoy a gusto con mi crueldad —como en una guerra con un ejército de hormigas que marchan inexorable e indestructiblemente como una tribu, minando mi casa o al menos comiéndose mis provisiones—, entonces me siento vivo y comprometido.

Cuando me concentro en mi estrato esquizofrénico me pongo cada vez más alerta y soy testigo de los miles de fenómenos que surgen. Pero entonces me ocurre que o me quedo dormido o me pongo tan inquieto y excitado que, con frecuencia, no soy capaz de tolerar tanto estímulo y me pongo a vagar perdido en la confusión del que no tiene el fondeadero del verdadero compromiso.

Durante un tiempo creí que esta vez sí que podría batir el bloqueo que tengo de escribir a máquina y llegar a velocidades de hasta 50-60 palabras por minuto, pero lo arruiné todo y una vez más perdí el interés.

Estoy muy consciente del demonio que hay en mí, profiriendo juicios venenosos y ejemplificadores. Aún estoy atascado. Estoy escuchando el quinteto para clarinete de Brahms. No, en realidad no lo estoy escuchando, lo estoy oyendo; no hay involucramiento. En este momento comienza a ocupar mi interés y escribir se torna despersonalizado y pesado. Muy bien, Brahms; me rindo. Se me fue el aburrimiento.



Estoy muy interesado en los fenómenos de la proyección y del dolor. Si nos atenemos a la sobresimplificación de la topología, esto de ubicar las cosas y de movernos en el espacio, una y otra vez observamos que cada uno de nosotros trata de mantener la región dentro del límite del propio ego tan armoniosa y agradable como es posible. Para hacer esto tenemos que asear al ego.

Quiero volver al comienzo del libro, a la diferenciación que hay entre la autenticidad de la autoactualización y la distorsión de la autoimagen; entre lo que somos en virtud a nuestro potencial heredado y el deseo de

llegar a ser lo que “debemos” ser; entre ser de verdad y las hazañas fabricadas; entre la espontaneidad y el actuar deliberado.

Estos últimos dos párrafos los escribí hace ya diez días. Entonces perdí el interés por seguir. Le hice un taller al personal del *blowout center* y también hice un seminario de fin de semana. Además se me ocurrieron algunas ideas buenas que anoté en fantasía. Desde luego que la racionalización era: “¿Y de qué sirve?”, olvidando muy convenientemente que estoy escribiendo por mi propia necesidad y no para el resto de la humanidad.

Le conté a Dick Price que estoy trabajando para llegar a una vida de no compromiso. Que estoy interesado –pero no fascinado– en resolver el enigma de la esquizofrenia. Creo que un solo caso, entendido en su totalidad, hará más que la investigación y la revisión de cientos de casos y sus controles. En esto estoy completamente de acuerdo con Kurt Goldstein y Sigmund Freud. Lo que echo de menos en ambos es la apreciación por el *role-playing*. La investigación de Goldstein se centra fundamentalmente en torno a hacer frente y encarar. ¿Cómo es que Schneider, en su famoso caso, ejecuta una tarea a cumplir? ¿Qué es lo que lo hace *ejecutar*, en primer lugar? Me estoy refiriendo al caso de la encefalitis, cuando se le pide que beba agua sin estar sediento. Al hacerlo como una *representación*, es decir, como un acto deliberado de comportamiento artificial, lo hace temblando y con dificultad. Al hacerlo en forma auténtica, espontánea y sin actuar, bebe su agua con facilidad y soltura. Si la teoría es correcta, es decir, que la persona con daño cerebral no posee un modo categórico de pensar, entonces la respuesta tendría que ser, “no quiero hacerlo, no tengo ninguna necesidad de someterme”.

Al menos una cosa parece ser cierta: como con todos los fenómenos poco claros, hay una respuesta precisa. La única dificultad está en formular la pregunta correcta.

Ken Price nos deja hoy para ir a tomar a su cargo nuestra primera propiedad kibbutz. En la superficie aparecerá como una inconsistencia decir

que no me quiero meter en proyectos nuevos y al mismo tiempo hablo de investigar la esquizofrenia y de comenzar el primer kibbutz Gestáltico.

Cuando me comprometo a algo soy muy responsable. Puedo fijar una cita en cualquier lugar de los Estados Unidos a una hora indicada y estaré ahí puntual. Aún tengo una serie de talleres y seminarios por hacer; prometí que estaría un mes en el *campus* de Santa Bárbara de la Universidad de California. Y me queda otro circuito de talleres y conferencias desde Florida a Vancouver que durarán seis semanas, y entonces estaré libre de compromisos y dejo el futuro abierto, dependiendo de los desarrollos políticos y mis intereses personales.

Entretanto, estoy lleno de fantasías y de proyectos, lleno de posibilidades y de incertidumbre. Cualquier cosa puede sobrevenir, incluso la muerte.

Muchas veces he escapado a la muerte y muchas veces la he deseado. En este momento, encuentro que la vida está tan llena de promesas y riesgos que me he encariñado con ella.

Una de las escapadas más estúpidas en que casi perdí la vida fue en mi primer vuelo solo en avión. Hoy en día se vuela con el tren de aterrizaje triciclo hasta tocar la pista. Nosotros, en cambio, teníamos que aterrizar haciendo que el avión se desplomara justo a tiempo. En esa oportunidad no estaba del todo seguro, aterricé mal y decidí continuar inmediatamente. Pero ocurrió que el maldito aparato no quería despegarse del suelo y justo al frente mío, al final de la pista, se erguía un gran bosque. Con gran dificultad me elevé del suelo, seguro de incrustarme en la copa de los árboles, pero los pasé rozando. Miré hacia atrás. Mi instructor movía los brazos desesperadamente. Di la vuelta y aterricé bien. Me estaba indicando hacia la hélice. No podía creer lo que veían mis ojos. No quedaba nada de la hélice. Con los brinco de mi primer aterrizaje la había hecho pedazos y (qué avión) a dos mil metros de altura (Johannesburgo) logré que esa cosa se hiciera al aire con ese muñón que había sido una hélice.

Nunca me molestó vivir a tanta altura, como tampoco volar aún a mayor altura en una cabina abierta. En esa época no tenía problema cardíaco. Pero, ¿y ahora?

El proyectado kibbutz de Nuevo México está a 2.500 metros de altura. Esto podría ser un esfuerzo demasiado grande.

¿A qué le llamo un kibbutz gestáltico? Como ya antes había considerado que la terapia individual estaba obsoleta, ahora considero que tanto las fragmentadas reuniones de grupo como los talleres están caducos. Las maratones las encuentro demasiado forzadas.

Ahora quiero hacer el siguiente experimento. En el kibbutz habría que abolir la división entre los seminaristas y el personal. Todo el trabajo de manutención tendrían que efectuarlo las personas que vienen al kibbutz. Personal permanente serían únicamente: 1) el cuidador y encargado del desarrollo, alguien que tuviera experiencia en trabajar una granja y en construcción, etc., y 2) el terapeuta.

El énfasis principal estaría en el desarrollo del espíritu comunitario y en la maduración personal. Se pretende que las personas vayan allá por períodos de tres meses, pagando en un comienzo una cuota de algo así como US\$ 1.000.—. Cada mes llegarán diez personas nuevas y se irán diez de los que ya han completado sus tres meses. Se harán cultivos de verduras y cultivo de hortalizas orgánicas y un taller de carpintería donde se fabricarían muebles sencillos.

Ya tenemos una buena casa ahí, aunque se precisará de edificaciones nuevas. Una vez hecho esto se podrá dejar la cuota, incluso eventualmente podría ser eliminada.

La intención del primer kibbutz es que sea un criadero de líderes. Ya se han inscrito varios terapeutas profesionales.

Si es que este experimento resulta, eventualmente debiera haber lugares donde puedan venir familias enteras, solteros no fanáticos, adolescentes, blancos y negros, conservadores y hippys.

¿Quién sabe? Eventualmente es posible que esta idea prenda en los ghettos y en otros lugares donde un modo de vivir constructivo sería bien venido.

Por fin, esta noche siento nuevamente el impulso de escribir. Otros pedazos están tomando su colocación. Cada vez cobra mayor sentido la distinción en sistema sensorio y motorio; el modo cómo nos relacionamos con el mundo. La semana pasada me dediqué a escuchar música, mientras que el deseo motorio de escribir, de hacer cosas, de hablar, recibió menor cantidad de bioenergía. Me ha tocado ver varios casos de comportamiento motorio compulsivo que llegaban hasta el grado de la obsesión y la paranoia (están muy relacionados), y en todos estos había una manifiesta falla en el sentir.

Esto será de utilidad para entender los casos graves de esquizofrenia: el motorio paranoico carente de sensibilidad, y el sensitivo retraído con su falta de actividad motórica intencional. También sé que tengo razón al no suprimir mi hábito de fumar. Cada vez que estoy evitando alguna sensación desagradable, la energía se va en movimiento, y desde luego que el cigarrillo es la excusa que tengo más a la mano.

A la medida que declina mi entusiasmo por escribir, mi perro de arriba toma el asunto en sus manos y me sermonea para que termine este libro, que ate los cabos sueltos y busque manera de hacer que mis ideas sean más fácilmente comprensibles. A título de ejemplo, estoy pensando en la palabra hindú: *maya*, que en la filosofía europea sería la filosofía del "como si". *Maya* debe contrastarse con *realidad*, el mundo común observable por todos. Ambos pueden estar muy distantes entre sí, lo que de hecho ocurre en la locura, o pueden estar integrados como ocurre en el arte. Todas las fantasías, el pensar, el representar roles y jugar juegos, los sueños, las novelas, son parte de él. Lo más importante es siempre la ilusión que se tiene del ego y de sus límites.

Ya está casi completo el relato de las funciones del límite; pero aún quedan dos fenómenos importantes: la estética y la propiedad.

Los polos del comportamiento estético corren la misma suerte que los asuntos morales: todo lo hermoso está dentro del límite, y todo lo feo

Frederick Perls

fuera de aquel. La palabra alemana para algo feo es *haesslich*, que significa odioso. El amor y la belleza son casi idénticos.

Ricardo III, al igual que muchos casos "anormales", es el reverso del límite de lo normal. "Ya que soy feo, da lo mismo que sea un rufián y deteste la belleza y la bondad".

Tal vez lo más fácil de entender es la sensación de dominio o de propiedad dentro del límite. Todo lo que está dentro del límite es "mío", me pertenece, y lo estimo adecuadamente. Todo lo que está fuera del límite es tuyo, no me pertenece, se trate de cosas o actitudes. La envidia y la voracidad podrán hacer que incluyamos en el límite de lo mío algo que está fuera de nuestro límite. También es cierto que uno quiere deshacerse de cosas de uno que se experimentan como feas, tóxicas, malas, débiles, locas, estúpidas, extrañas o de síntomas molestos. Cosas que en el caso de estar sano, sin embargo, serían reconocidas como propias.

Este es el metabolismo que nos conduce a las introyecciones: la falsificación del sí mismo, el afán de aparentar ser más de lo que realmente se es. También hay falsificación del sí mismo en las represiones y en las proyecciones: el afán de aparentar ser menos de lo que uno realmente es. El objetivo de este metabolismo es evitar el dolor, la incomodidad, el pseudo-sufrimiento.

Ahora, finalmente, empezamos a ver emerger la imagen de la sanidad mental, de la neurosis y de la psicosis. Los casos extremos son escasos y todos participamos en cierta medida de las tres posibilidades.

Al ser sanos estamos en contacto con el mundo y con lo propio nuestro, es decir, con la realidad.

En la psicosis se está fuera de contacto con la realidad, y estamos en contacto con el *maya*, el sistema de ilusiones centrado esencialmente en torno al ego. Frecuentemente aparece como los síntomas llamados megalomanía y autodepreciación.

En la neurosis hay una lucha continua entre el ego y el sí mismo, es decir, entre la ilusión y la realidad.

Dentro y fuera del tarro de la basura

El sistema de ilusiones funciona como el cáncer, absorbiendo cada vez más energía vital y progresivamente se va chupando toda la fuerza vital del organismo.

La severidad de la enfermedad mental depende en gran medida de la función identificadora con el sí mismo (*self*). Mientras el psicótico dice: "Yo soy Abraham Lincoln", el neurótico dice: "Yo quisiera ser como Abraham Lincoln", y la persona sana dice: "Yo soy lo que soy".

El procedimiento a seguir en el tratamiento ahora se hace obvio. Hay que drenar el sistema de ilusiones, la zona media, el ego, los complejos y dejar toda esa energía a disposición del sí mismo, de modo que el organismo pueda crecer y usar su potencial innato.

En el transcurso de este proceso podrán observar cómo los hoyos en la personalidad van desapareciendo y cómo la persona vuelve a ser poco a poco un todo en buen funcionamiento.

Sigmund Freud: "Dr. Perls, usted no me dice nada nuevo. Tan sólo que lo formula de un modo diferente. Yo también puedo explicar mis ideas usando su lenguaje. Si una persona es impotente sexual, usted diría que en lugar de genitales tiene un vacío. El excitamiento, en vez de irse a sus genitales, se va a las zonas orales y anales, donde crea una serie de disturbios, como perversiones y rasgos de carácter. Una vez que la libido fluye a la zona genital, las demás zonas quedan libres para cumplir sus funciones orgánicas, sin ser perturbadas por la entrometida libido. Los genitales cobran vida y funcionan correctamente desde un punto de vista estrictamente biológico, y, posiblemente, incluso sociológico. Se ha realizado la maduración y se ha conseguido la salud. Se ha llenado el vacío".



Fritz: Me alegro mucho de que hallamos encontrado una base operacional en común. Verdaderamente admiro la tenacidad que demostró al sacar al sexo del status pecaminoso en que lo tenía la cultura occidental. También mostró el camino para llenar otros hoyos: los muchos descubrimientos que hizo en su vida, descubrimientos que luego se convirtieron en herramientas indispensables para nuestras investigaciones.

Es imprescindible reformular su enfoque propio del siglo XIX, con sus limitadas herramientas intelectuales, para adecuarlo al siglo XX. Creo que sin gran dificultad estaría de acuerdo conmigo en que hay muchos hoyos aún por llenar. De hecho usted incluso vio con claridad otro de estos vacíos: la amnesia. Usó la imagen, tomada de la realidad, del censor que prohíbe la publicación de ciertos párrafos en el periódico y mostró ese espacio blanco y vacío que aparece en lugar de la letra impresa.

Yo utilicé ese mismo ejemplo suyo para ilustrar al hombre neurótico de nuestro tiempo: la personalidad incompleta, insípida, llena de huecos vacíos, en lugar de estar repleto con mensajes relevantes de valor.

Ahora el énfasis se está trasladando desde atender síntomas específicos, rasgos de carácter y conflictos, hacia una cacería de brujas del vacío, del hoyo, del espacio vacío, de la nadaidad, de lo incompleto.

Según usted, el *medio mediante* el cual cada uno se fabrica su vacío, es la represión. Tenemos que agrandar eso para dar cabida a todo tipo de evi-

tación, sea esta: quitar la atención, actitudes fóbicas, fijación en asuntos sin importancia, distorsiones de la formación de la gestalt, desensibilizaciones, neblina mental, etc.

Es por esto que la pregunta: "¿qué estás evitando?" está muy en boga en terapia gestáltica y se ha convertido en la actitud básica de nuestro trabajo de sueños.

Desde luego que el asunto principal para nosotros como existencialistas es el de la integración de sí mismo (*self*), llegar a ser de verdad y estar enteramente ahí.

La integridad del sí mismo es reemplazada y sustituida hoy en día por el *maya* del ego. Como dijera Alan Watts de alguien en una oportunidad: "No es más que un ego envuelto en su pellejo".

Para dejar este asunto fundamental perfectamente en claro, tomemos una vez más un caso extremo, el caso de la encefalitis. Ahí contrastamos la función del *ego* deliberada, alcanzando temblorosamente el vaso de agua, con la facilidad del *autofuncionamiento* (*self functioning*) cuando el acto es ordenado por la formación de la gestalt de sed.

Ocasionalmente vemos en el alcoholismo la amnesia del síndrome de Korsakoff. El paciente no se percata del hoyo en su memoria y lo llena con fantasías. Llena el vacío estéril con recuerdos falsificados.

Por lo tanto, mientras más falta hay de nuestro propio yo auténtico, más llenamos ese hueco con funciones falsificadas. Mientras menor sea el contacto y el apoyo que el ego recibe de sí mismo (*self*), mayor es la artificialidad y lo acartonado del ego.

Durante mi análisis con Clara Happel fue que sentí una de las pocas vivencias verdaderas que obtuve del psicoanálisis. Gran parte de mi apoyo direccional provenía de mi perro de arriba. Al derrumbarse éste, anduve durante muchas noches vagando por las calles de Frankfurt, sin rumbo y sin saber qué hacer. Había ahí un hoyo en lugar de una dirección autónoma o una dirección externa que me fuera aceptable. No confiaba en ella y tampoco confiaba en mí mismo.

¿Cuándo aprenderé a confiar plenamente en mí mismo?

Gestalt Institute of Canada

Lake Cowichan, B.C.

Julio 1969.

Escribí el *Tarro de la Basura* en tres meses y después de eso, nada. Con la misma sorpresa con que aparecieron en mí las ganas de escribir, desaparecieron.

Estoy embarcado en otra aventura –una comunidad– terapéutica. El kibbutz aún no se ha materializado. He hecho unas lindas películas con Aquarian Productions de Vancouver, y a veces me imagino que algún día volveré a escribir.

En este momento, la realidad me exige que le preste todo mi entusiasmo y poco queda para el *verbiage*. Podrán encontrar bastante verbosidad en el *Gestalt Therapy Verbatim*²², y si me quieren escuchar, lo podrán hacer de las cintas de donde John Stevens creó ese libro.

Frisk Perls.

22. *Sueños y Existencia*. Editorial Cuatro Vientos, 1974.