

LA GRIETA EN EL FONDO DEL MAR, Y OTROS SÍMBOLOS

Dr. Lorenzo García Samartino

Pontificia Universidad Católica Argentina. Carrera de Psicología.

Resumen

En este trabajo se exponen las consignas, y la forma de acompañar imaginativamente al paciente que realiza Psicoterapia Simbólica, en una serie de vivencias que no fueron descriptas. Las imágenes iniciales son: La Grieta en el Fondo del Mar, La Semilla, La Torre, El Aljibe, El Templo, La Casa, Buscar una Persona, Sótano.

INTRODUCCIÓN

El origen de la Psicoterapia Simbólica se remonta a la década del '60. Por ese entonces, la Dra. María Ana Ennis conoció una técnica de imaginación activa que consistía en pedir a los pacientes que se imaginaran que bajaban por una escalera, en un lugar conocido¹. Posteriormente la modificó, y propuso que bajaran por "una escalera desconocida". Al hacer este cambio notó que, con cierta frecuencia, el significado simbólico de las imágenes a las que llegaban los sujetos al final de sus descensos, era similar.

Así fue que, "como fruto de una larga experiencia"², comenzó a utilizarlas como nuevas consignas iniciales. Éstas se describieron en obras suyas, y constituyen los que podríamos llamar "trabajos clásicos": Escalera³, Castillo⁴, Subir Una Montaña y Volar Hacia Arriba⁵, Bosque⁶, Espada⁷, Copa⁸, Volcán⁹, Espejos¹⁰, Llave¹¹, Camino¹¹, Brujo o Bruja y Monstruo¹², Mina¹³, Imagen No Cotidiana¹⁴, Pantalla¹⁵. Otras consignas son: el Primer Recuerdo o el Primer Recuerdo Desagradable¹⁶, que narre un Sueño que le Haya Llamado la Atención¹⁷. Hay una publicación que describe en forma de síntesis estas imágenes iniciales¹⁸.

La Dra. Ennis, refiere en sus obras, que los trabajos imaginativos realizados a partir de diferentes imágenes, permiten que los sujetos expresen diferentes aspectos de su personalidad. Por ejemplo, utiliza la Escalera a fin de que el sujeto exprese lo que puede descubrir de su propio interior¹⁹; o con el Mar, temas referidos a su vida afectiva²⁰. Esta relación entre determinadas imágenes iniciales y ciertos significados, también la propone Desoille, por ejemplo el Mar y la Espada²¹, la Copa²².

En ese sentido, y en la búsqueda de distintos caminos para conocer con mayor profundidad diferentes aspectos de la personalidad del sujeto, se utilizaron otras imágenes iniciales, las que se describen en este trabajo.

1. Grieta en el fondo del mar.

Esta imagen se utilizó en pacientes que conocían el trabajo del Mar, e incluso que habían realizado muchos de los trabajos clásicos descriptos. Con él, se intentó profundizar el conocimiento de los mismos aspectos que surgen en el Mar, y se ha interpretado como una grieta o fisura en su personalidad.

La consigna es: "Ud. está en una embarcación en alta mar, tan lejos de la costa que no la divisa. Sumérjase y vaya hasta el fondo del mar. Busque una grieta, investiguella totalmente, hasta el fondo. Si es necesario, utilice el equipo que considere adecuado. Dígame todo lo que ve, oye, toca, lo que siente, y lo que hace".

Se le pide que describa las paredes de la grieta, el mar en esa zona, la temperatura y todo lo que ve, o toca. Una vez que llegó al fondo de la grieta, se la hace recorrer. Después de haber descripto lo que vio, y haberlo investigado, se le dice que en la grieta hay algo enterrado o escondido, que lo busque.

Cuando se considera que ya concluyó con la descripción, se le pregunta que le parece adecuado hacer con la grieta; algunos, por ejemplo, la tapan, otros ponen señales para avisar que existe, pero también pueden dejarla como está.

Hubo pacientes, los menos, que no encontraron ninguna grieta, en ese caso se les pidió que busquen algo enterrado o escondido, en el fondo del mar.

La grieta, como imagen inicial puede tener diferentes significados, lo que sí es relativamente constante, es que lo hallado en el trabajo como un todo, simbolice hechos o vivencias relacionados con los primeros años de la vida. No sólo es importante el significado de lo que halla o ve, y que destino le da, sino la decisión que toma el paciente con la grieta, y la relación que esto puede tener como actitud frente a su vida.

2. La semilla.

Al proponer este trabajo, se intentó brindar al sujeto una imagen que transmita vida en potencia: la semilla que fructifica, y que para ello debe ser enterrada.

La consigna que se utilizó fue: "Usted encuentra o alguien le da una semilla desconocida. Descríbala, y dígame que le parece hacer con ella".

Los pacientes, después de describirla, en general optan por enterrarla; algunos en un campo, otros en un recipiente con tierra. Si no lo hace, se le sugiere que lo haga. Después hay que fijarse si la riega y la protege de las inclemencias del tiempo, si no hay que proponerlo.

También se le pide que describa el desarrollo; y a qué da origen la semilla. Pueden ser plantas, o árboles. En cualquier caso, se le pide que describa como es, como son las hojas, que altura alcanza. Se le puede pedir que regrese periódicamente al lugar donde la plantó o la trasplantó, para ver si floreció, y que tipo de frutos dio. Finalmente se le pregunta al sujeto que utilidad puede darle a lo que dio origen la semilla, y para que puede ser útil.

En este trabajo, no solo se debe prestar atención al fruto de la semilla, sino, sí la encontraron, donde; o, si se la dieron, quien. Donde la plantó; si da algún fruto, y de que tipo. Es importante proponer el paso del tiempo, a algunos pacientes hubo que pedirles que se imaginaran que volvieran al lugar donde plantaron la semilla, durante varios años imaginados, para que vieran algún fruto.

El significado del símbolo está, a grandes líneas, dentro del asignado culturalmente: la semilla puede ser las potencialidades del paciente, o ellos mismos. Suelen ser de mucho valor las circunstancias que rodean a la semilla. Por ejemplo, si se la dio un familiar, o la encontró tirada. Si tiene flor, como es. El tipo de fruto, para que se puede usar. Ellos ven muchos aspectos de su vida, o de su personalidad, reflejados en estos hechos.

3. La Torre

Este trabajo, como los anteriores, se propuso después de haber realizado varios de los "trabajos clásicos" de Psicoterapia Simbólica, en especial el Castillo.

La consigna es "Ud. está frente a una torre desconocida, descríbala. Dígame todo lo que ve, oye, toca, lo que siente y lo que hace."

Los pasos siguientes dependen de la imagen que describe el sujeto, por ejemplo, uno imaginó una torre de las que se usan para sostener cables de alta tensión. Pero lo frecuente es que tenga forma de torre de ajedrez, o de faro. A veces, forma parte de otra construcción. También los hubo que imaginaron un edificio de departamentos u oficinas, del tipo de los llamados "torres". Siempre que la construcción lo permita, se le pide que recorra el interior, y que describa todo lo que ve, o toca.

Una vez que finalizó esta primera parte, se les propusieron dos consignas. Una, que busquen la "piedra fundamental". Y otra, que ubiquen el "lugar secreto".

Para la primera, se le dice al paciente que, en algún lugar de esa torre esta la "piedra fundamental". Que, si él no lo sabe, es una piedra hecha *ex profeso*, que se coloca antes de comenzar una construcción importante, y en cuyo interior hueco, se colocan elementos de la época. La piedra que de últimas imagine el sujeto puede, o no, ser hueca, pero igual aporta datos interesantes, por las leyendas, fechas, dibujos, elementos, etc.

El fin que se persigue al proponer que busque el "lugar secreto", es el mismo que en otros trabajos imaginativos.

Una vez que el paciente considera que recorrió toda la torre, se le dice que él es el dueño y se le pregunta que cambios desea hacerle, y que uso le quiere dar.

En este trabajo, con mucha frecuencia surgen, por un lado, algunas de las actitudes habituales de defensa que utiliza el paciente, simbolizados en las características de la construcción, o en el "lugar secreto". Pero, además, son muy importantes los datos que pueda aportar la "piedra fundamental". Porque, en algún caso, el paciente lo relaciona con el momento en que empezó a tomar una de esas determinadas actitudes.

Es, particularmente interesante la parte final del trabajo, cuando se le pregunta al sujeto si quiere cambiar algo de la Torre. Porque, si el paciente vio simbolizados en ella algunos de sus mecanismos defensivos, le permite analizar cuales y de que forma los quiere modificar.

4. El aljibe.

Este trabajo, fue inspirado por el aljibe que un paciente encontró en el medio del patio de un Castillo. Lo que llamó la atención fue que, mientras que la superficie estaba prácticamente vacía, el interior del aljibe era rico en imágenes y símbolos.

Se utiliza la siguiente consigna: "Ud. está frente a un aljibe que ve por primera vez. Describa el lugar donde lo encuentra y como es el aljibe".

Una vez que detalló el lugar y el aljibe, se le pide que se acerque y nos cuente como es el interior, por ejemplo, es frecuente que los pacientes se vean reflejados en el agua.

Después, se le pide que investigue el interior y para ello, si es necesario, que lleven el equipo que consideren adecuado.

Cuando bajan, salvo que el aljibe esté seco, se les hace investigar debajo del agua. En este punto se observan dos tendencias. Para unos, el aljibe tiene forma de pozo, que recoge el agua de lluvia o que de alguna forma filtra por las paredes. Pero hay quienes encuentran ríos subterráneos o túneles. En estos casos, se les propone que lo recorran, para arriba o abajo, si es posible. Una vez terminada la descripción, se les pide que busquen en el fondo si hay algo enterrado.

Por último, se les dice que ellos son los dueños de ese aljibe, y también del lugar, por lo tanto, que digan que quieren hacer con él, si modifican o lo dejan como lo encontraron.

El Aljibe, como la Grieta en el Fondo del Mar, remite a tiempos pasados. Pero, no sólo ello sino que, en los casos que se encuentran túneles o ríos subterráneos, pueden aparecer simbolizados vínculos familiares.

5. El Templo

Este trabajo se propuso para explorar aspectos relacionados con la religiosidad del paciente.

La consigna es "Ud. está frente a un templo que nunca vio, descríballo. Dígame todo lo que ve, oye, toca, lo que siente y lo que hace."

Una vez que el paciente describió el exterior, y el lugar en el que lo encuentra, se le pide que entre en el templo y lo recorra. Así, que describa las distintas partes, en que condiciones está, su iluminación. Hay que prestar atención a las inscripciones, imágenes de culto, o libros que se pueden encontrar.

Llegados a este punto, se le dice que ese templo tiene un "lugar secreto", y que para encontrarlo se debe llevar por su intuición. Y, una vez hallado se le pide que lo describa.

Finalmente, se le dice que él tiene autorización para decidir que hacer con ese templo, desde un punto de vista edilicio. Si el paciente lo desea puede dedicarlo a otro culto.

En este trabajo, se analizan distintos aspectos relacionados con el templo. Desde el culto al estado de conservación de la construcción. Si está abandonado, o no; si el lugar en que se encuentra es de fácil acceso; la época en que fue construido. Dónde está el lugar secreto, que hay en él. A través de los símbolos y sus significados, el paciente se enfrenta con aspectos de su religiosidad.

6. La Casa.

El desarrollo de este trabajo es similar al del Castillo. La consigna que se propone es: "Ud. está frente a una casa desconocida, describa como la ve. Después, entre y recórrala. Dígame todo lo que ve, oye, toca, lo que siente y lo que hace".

Esta imagen inicial siempre se usa después de haber hecho la serie de "trabajos clásicos". También en este trabajo, como en el Castillo, se puede preguntar si hay sótanos o lugares secretos. Y, por último, decirle que el paciente es el dueño, y que modificaciones quiere realizar. La Casa, como símbolo está asociada a la idea de sí mismo.

7. Buscar una persona.

Cuando se pensó este trabajo, en colaboración con la Dra. Cristina Fesa, se intentó brindarle al paciente una imagen inicial que le ayudara a expresar simbólicamente el vínculo con alguna persona, que fuera importante para él, ya sea por la relación que tuvo, o por la necesidad de encontrarla.

La consigna que se propone es: "Ud. está en un lugar y busca una persona, que no sabe quien es, pero que reconocerá por la intuición. Dígame todo lo que hace para encontrarla, lo que ve, oye y le pasa".

En este trabajo se acompaña al paciente preguntándole o sugiriéndole pasos, en la medida que sea necesario. El aporte del trabajo está dado por el significado simbólico que tiene para el paciente la persona que encuentra, y todo lo que hace para hallarla.

8. Sótano

Cuando se comienza con Psicoterapia Simbólica y se propone el primer trabajo, la Escalera, se observa, en general, dos tipos de pacientes. Aquellos cuya escalera termina en la superficie de la tierra, es decir "a nivel del mar", y los que descienden por debajo de ella. El Sótano se utilizó, como segundo trabajo, en los pacientes del primer tipo. También, como primer trabajo cuando un paciente retoma una terapia después de un lapso prolongado, o después de hacer una serie de "trabajos clásicos".

La consigna que se propone es: " Ud. está frente a un sótano desconocido, entre y describa todo lo que ve, oye o siente".

El trabajo se desarrolla de manera similar al de la Escalera. Se le hace describir lo que encuentra y finalmente, después de decirle que es el dueño, se le pregunta que quiere hacer con el lugar en sí mismo y con lo que encontró.

Como es dable esperar, en el sótano, con mucha frecuencia, se hallan elementos del pasado, remoto o reciente, en forma simbólica o como recuerdos. Hay que preguntarle al paciente que quiere hacer con lo que encontró, si lo tira, lo regala o lo vende, o si lo quiere guardar y donde.

Respecto al sótano en sí mismo, ha dado buenos resultados proponerles que hagan de ese lugar un ambiente útil y agradable para ellos. Es frecuente que lo iluminen, mejoren la ventilación, y que lo preparen para algún fin determinado. Desde el punto de vista del significado simbólico, tiene muchos puntos en común con el trabajo de la Escalera.

9. El segundo Castillo.

Aquí, se hace referencia a este trabajo por lo útil que resultó, para el terapeuta y el mismo paciente, para evaluar los cambios producidos durante el tratamiento.

En efecto, cuando se propone por segunda vez el Castillo, después de haber terminado la serie de "trabajos clásicos", es importante detenerse en los cambios estructurales que se observan.

El Castillo, es un trabajo imaginativo que exige un grado de concentración mayor que otros. Se describen escaleras, diferentes niveles de pisos; distintos ambientes: dormitorios, comedores, bibliotecas, sótanos, etc. Por estos motivos, en la estructura del castillo, en mayor o menor grado, se reflejan las alteraciones psíquicas del sujeto.

Cuando se repite el trabajo, los avances logrados también se plasman en el edificio. En este sentido, es un buen aporte pedirle al paciente, cuando hace el primer Castillo, que haga un plano de lo que imaginó, para compararlo después con el segundo. Se puede alegar, que estas modificaciones se deben a un mejor conocimiento de la técnica psicoterapéutica, y la observación es válida, por eso es importante tener en cuenta si ese cambio estructural también se manifiesta en la vida del paciente.

CONCLUSIONES

Las imágenes iniciales son instrumentos que le permiten al paciente conocer, en forma simbólica y desde distintos puntos de vista, su personalidad. La persona es la misma, pero cada situación le obliga a actuar, en forma imaginaria, de una manera diferente. Lo que se pone en juego al bajar al Sótano, no es lo mismo que al recorrer la Torre. Está demostrado que hay una gran diversidad en el significado de las imágenes iniciales²³, pero también, que algunas imágenes son más universales que otras. En este sentido, estudios futuros permitirán determinar el grado de universalidad de las que se proponen en este trabajo.

BIBLIOGRAFÍA

ENNIS, María Ana, *Psicoterapia Simbólica. Fundamentación y Metodología*, López Libreros, Buenos Aires, 1981, pág. 41.

- ENNIS, María Ana, *Psicoterapia Simbólica*, Hachette, Buenos Aires, 1974, pág. 26.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 42.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 33; ENNIS, ob. cit., 1981, pág. 43.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 33; ENNIS, ob. cit., 1981, pág. 44.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 34; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 45.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 37; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 46.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 46.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 34; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 48.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 34; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 47.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 34; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 49.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 51.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 52.
- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 34; ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 50.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 50.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 53.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 52-53.
- GARCÍA SAMARTINO, L. y BULACIO, G. "Perspectivas Generales Sobre Psicoterapia Simbólica". *Psiquiatría Dinámica*. 1997, N° 6, en prensa.
- ENNIS, 1981, ob. cit., pág. 40.

- ENNIS, 1974, ob. cit., pág. 33; ENNIS, ob. cit., 1981, pág. 43.
- Desoille, R.: "*Théorie et pratique du rêve éveillé dirigé*", Ed. du Mont Blanc, Genève, Suisse, 1961, pág. 116-117.
- DESOILLE, Robert, *El caso María Clotilde*, Ed. Amorrortu, Buenos Aires, 1974, pág. 35-39.
- BULACIO, G. y GARCÍA SAMARTINO, L. *Psicoterapia simbólica: estudio de los significados de las imágenes iniciales*. Revista de Escuela de Psicoterapia Simbólica, 1997, N°1.