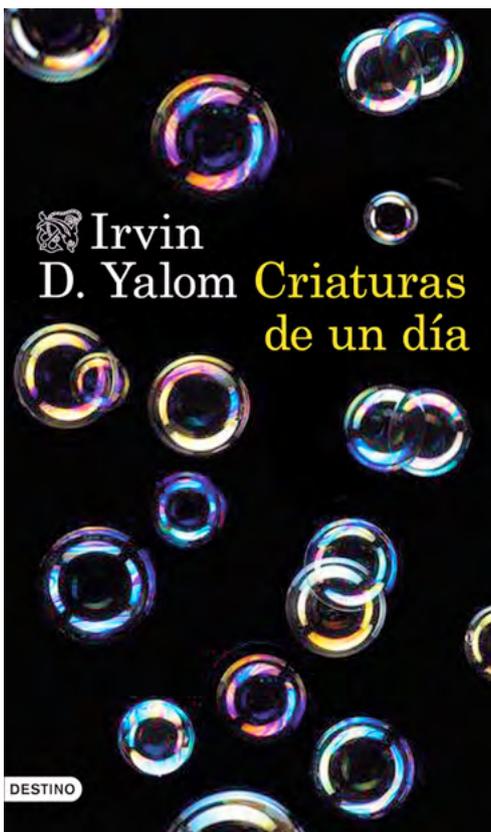


Criaturas de un día (2015), de Irvin D. Yalom. Barcelona, España: Ediciones Destino, 272 páginas

Eduardo García Fernández
Ámbito Privado

El poder de la resistencia humana



La edición en castellano del último libro de Irvin D. Yalom **Criaturas de un día**, presenta una portada de pompas de jabón iridiscentes que flotan sobre un fondo negro, algunas están a solas, y otras en contacto. Permítaseme contar la anécdota que me sucedió, pues una vez que compré el libro me senté en una terraza y mientras observaba la portada otras pompas de jabón reales flotaban en el aire cercanas al libro, y es que a pocos metros una niña estaba haciéndolas con el consabido juguete, así unas duraban un mayor tiempo y otras estallaban nada más ser creadas, pero todas brillaban a la luz de sol con auténtica belleza. Me giré hacia la niña y ambos nos intercambiamos unas sonrisas. No quise ponerme junguiano y acudir a la sincronía del suceso, sino que contemplé la situación como una mera casualidad y comencé su lectura.

El libro consta de la historia de diez pacientes que solicitan la ayuda del psicoterapeuta y escritor Irvin Yalom -y señalo la faceta de escritor porque gran parte de los pacientes conocen su obra, tanto las novelas como los ensayos-. Esta situación facilita en parte el trabajo de la psicoterapia, debido al nivel previo de conocimientos; pero además, sus pacientes presentan la particularidad de sólo poder permitirse una consulta por motivos económicos y de distancia, o bien unas pocas, tres o cuatro, por problemas graves de salud, esto contribuye a que las narraciones de las historias tengan un gran interés para el psicólogo clínico.

El autor, que con 82 años todavía se mantiene activo en la práctica de la psicoterapia, sitúa al lector en la tesitura de que el propio

terapeuta también debe afrontar los dilemas humanos.

Asistimos a situaciones verdaderamente difíciles que las personas deben de afrontar, como cuando no pueden más por las pérdidas sufridas, los problemas de salud, o por no dar sentido a sus vidas, entonces se quedan atascadas o varadas del flujo de la vida y ahí solicitan la ayuda. Es ahí cuando resplandece el verdadero arte de la terapia de Yalom, pues como él dice en **Psicología y literatura** (2000, Barcelona: Paidós Ibérica): «el arte de la psicoterapia tiene en mi opinión un doble significado: es un “arte” en tanto la ejecución de la terapia, requiere el uso de facultades intuitivas que no derivan de los principios científicos y es “arte” en el sentido keatsiano, en tanto que establece su propia verdad trascendiendo el análisis objetivo.»

El primer caso es el de un escritor octogenario que perdió a su profesor y antiguo amigo y solicita sólo una sesión. Lo que en un principio podría parecer más bien un duelo crónico es, en realidad, «que necesitaba un

testigo de cierta envergadura y yo había sido elegido para cumplir ese papel. Este hombre se sentía demasiado frágil para aceptarlo en soledad».

En la segunda narración nos presenta a un joven seguro de sí mismo y triunfador al que, ante una pérdida importante, se le activan las pérdidas sufridas en el pasado. El suicidio de un compañero y amigo del trabajo provoca en él un estado de crisis que le hace acudir en busca de ayuda.

Los diálogos aquí mantenidos sobre el sentido de la vida son eminentemente filosóficos, pero además nos muestran las dudas e incertidumbres de su trabajo, demostrando una vez más valentía y sabiduría. Incluso el mismo Yalom, en un acto de auto-revelación al paciente, habla de su propia muerte con estas palabras: «en mi caso la desaparición de las pasiones juveniles a veces tiránicas, me ha hecho apreciar con mayor intensidad los cielos estrellados y todas las maravillas de estar vivo, maravillas que en otro tiempo pasaba por alto. Tengo más de ochenta años y le diré algo increíble: nunca me he sentido mejor, ni más en paz conmigo mismo. Sí, sé que mi existencia está llegando a su fin, pero el final ha estado siempre allí, desde el comienzo. Lo que es diferente ahora es que valoro los placeres de la mera consciencia...»

Todos los casos aquí presentados están teñidos por los dos grandes retos de la existencia: el tener una vida significativa y cómo manejar el inevitable final. Pero, como añadido y característica esencial que atraviesa todo el libro, está la condición efímera de la existencia humana, no en vano la cita con que se abre el libro es de Marco Aurelio, sus *Meditaciones*: «Somos todos criaturas de un día, tanto el que recuerda como el recordado...»

La lectura de los casos resulta amena y, a veces, parece que estamos ante una novela, porque la carga dramática de las vidas aquí mostradas posee el aroma de las novelas; considero que es necesario destacar esta cualidad del libro porque los sufrimientos narrados resultan verdaderamente conmovedores, incluso más allá del interés clínico. La realidad que siempre supera la ficción aquí se cumple en el mayor sentido de los términos.

En la cuarta narración, nos adentra en el territorio de las casualidades y del entrecruzamiento de las vidas y situaciones. Es aquí, donde el autor, una vez más, demuestra cómo el interés genuino que el terapeuta muestre por el paciente resulta absolutamente imprescindible, llegando a decir: «los terapeutas buscamos fervientemente la precisión en nuestro trabajo y aspiramos a ser empiristas bien afinados que intentan ofrecer arreglos precisos a los elementos rotos en la historia de apegos en nuestros pacientes. Pero la realidad de nuestro trabajo no se corresponde con ese modelo, y con frecuencia nos encontramos improvisando mientras tropezamos juntos con nuestros pacientes camino de la recuperación. Antes esa imprecisión me exasperaba pero ahora, en mis años dorados, silbo suavemente mientras me maravillo ante lo complejo e imprevisible de comportamiento humano y del pensamiento humano. Lo único que he llegado a saber con seguridad es que si puedo crear un entorno genuino y afectuoso mis pacientes encontrarán la ayuda que necesitan, muchas veces de formas maravillosas que jamás habría podido predecir o imaginar». En síntesis, lo que cura es el vínculo, luego vendrán las técnicas como sostiene en el libro **El Don de la terapia** (2003, Barcelona: Emecé Editores) que, por cierto, nunca me cansaré de recomendar.

Un aspecto que me llamó la atención es la falta de índice, que haría más fácil la búsqueda de cada capítulo, pero salvo esta crítica no echo nada en falta. En definitiva, volver a leer a este autor es acudir a un manantial donde uno siempre capta nuevos matices de las relaciones terapéuticas, donde por cierto, también hay ciertas pinceladas de humor bastante bien dosificadas que permiten aligerar tanta dureza. Y precisamente por ser criaturas de un día, estaría bien tenerlo más presente y de vez en cuando, contemplar el brillo de cada vida.