

## ACERCA DE POR QUÉ NOVELAR LA PROPIA VIDA NO ES TERAPÉUTICO

María Teresa Miró  
Universidad de La Laguna

*In memoriam de Michael J. Mahoney,*

Últimamente los enfoques narrativos han fructificado dentro de las psicoterapias cognitivas de corte constructivista. Con frecuencia, se asimila y se confunde la narración terapéutica con la narración literaria, especialmente con la novela. Cuando esto sucede, construir una narración terapéutica se entiende como construir un nuevo personaje en la novela de la propia vida. Y me pregunto si esta metáfora no es, en realidad, un exceso de la posición constructivista. Me pregunto también si vivir novelando la propia vida no es, en el fondo, una posición narcisista y, en cuanto tal, suicida. Porque todo narcisismo es un juego con la muerte, como es sabido. Veamos:

Que la vida humana es novela, ya lo dijo Ortega y Gasset, haciendo referencia al hecho de que somos necesariamente libres y, al elegir nuestro vivir, nos elegimos a nosotros mismos. Por eso, Ortega decía también que no nos basta con vivir, necesitamos también saber lo que vivimos. Con frecuencia, para saber lo que vive, el hombre necesita construirse un personaje, a través del cual y desde el cual, verse vivir. Digo el hombre, porque la mujer parece más capaz de verse vivir desde dentro, sin la ayuda de un personaje – correlato, sin duda, de haber sido privada durante siglos de la vida pública.

Además, construir un personaje sería una consecuencia natural de dos cosas: a) de hablar sobre lo que a uno/a le pasa y b) de buscar coherencia/ consistencia en lo que a uno/a le pasa. Como indica Paul Ricoeur en su impresionante obra “*El sí mismo como otro*” -- en la que presenta una concepción ética de la identidad narrativa--, el único acceso que tenemos al yo es a través del rodeo del sí mismo. Por tanto, resulta natural que el sentido de identidad descansa en las narraciones que hacemos sobre nosotros mismos y que tales narraciones acompañen nuestro vivir. De hecho, la narración es el vehículo por medio del cual ordenamos la experiencia y los acontecimientos de nuestra vida. Dicho con otras palabras, es el vehículo por medio del cual ordenamos lo real.

Esta ordenación de los acontecimientos, sin embargo, puede alterarse de muchos modos. Lo que nos pasa y está pasando, lo podemos

distorsionar, falsificar, reestructurar, silenciar e incluso hacer como si no pasara. En definitiva, aquí reside la libertad de cada cual. Pero la libertad misma también puede alterarse y, en lugar de libertad, tenemos esclavitud, como la esclavitud del síntoma o de la enfermedad mental. Entonces, se puede recurrir a la psicoterapia, en la cual a través del diálogo con un profesional especialmente entrenado, el paciente aspira a encontrar la libertad perdida.

Así pues, resulta claro que de entre todos los valores posibles, como la justicia, la felicidad, la verdad, etc., el valor con el que tiene que ver la psicoterapia es la libertad, en el sentido de que siempre se trata de que el paciente se libere de aquello que le hace sufrir o de aquello que le impide gozar del vivir.

También la novela es el ámbito de la libertad. Pero ¿qué diferente es la narración terapéutica de la narración literaria! Aunque en ambos casos, resulte útil hablar de identidad en términos de identidad narrativa, en el sentido de Paul Ricoeur: “*es en la historia narrada, con sus caracteres de unidad, de articulación interna y de totalidad, conferidos por la operación de construcción de la trama, donde el personaje conserva, a lo largo de toda la historia, una identidad correlativa a la de la historia misma*”. Pág. 149). En efecto, la identidad del personaje se construye conjuntamente con la trama; de forma que el relato construye la identidad del personaje, a la cual podemos hacer referencia como su identidad narrativa. Mientras el modelo de la identidad narrativa, generado por la hermenéutica, puede ser útil para comprender los relatos de los pacientes en psicoterapia, es necesario comprender los límites de este modelo cuando se aplica a la vida real. ¿Qué es lo que hace, en realidad, quién decide construirse a sí mismo como personaje de su propia historia novelada?

Cuando la persona se transforma en el protagonista de su propia novela, pasa a depender de la imagen en la que se ensueña a sí mismo. Este es el punto clave. Tiene que inventarse a sí mismo y, en consecuencia, inventa también lo que le afecta. Como indica Zambrano (1986), en “*El sueño creador*”, el protagonista de novela se constituye a partir de la novelaría del personaje. Todo aparece tocado por esa novelaría. Si la realidad aparece es como contrapartida de ese ensoñarse despierto. Cuando el autor de una novela inventa un personaje, crea un tiempo virtual en el que los acontecimientos pueden ser revividos, reordenados, ignorados, alterados e incluso omitidos. En el tiempo virtual de la novela los personajes pueden ser modificados, denunciados, amados, insultados y vilipendiados hasta donde haga falta, hasta dónde el ensueño del protagonista lo requiera, hasta dónde el argumento y la paciencia del lector soporten. La novela es el recinto de la libertad, al servicio del personaje.

El personaje de novela busca ser visto. A medida que avanza la trama, el personaje avanza esperando ser descubierto, ser al descubierto,

descubrirse a si mismo enteramente. Así, la condición genérica del protagonista de novela, como señala Zambrano (1986) es el sueño de desenmascararse, de liberarse de la figura que las circunstancias imponen a toda criatura humana. Para eso, tiene la libertad a su disposición. Para emplearla en sostener algo de lo que está enteramente convencido; y este algo, no es otra cosa más que su ser precisamente. La novelería del personaje consiste justamente en creerse ser algo, en creerse alguien.

Pero la novelería del protagonista de novela no solamente consiste en pretender saber quién se es – “yo se quién soy, dice Don Quijote”--, sino también y, sobretodo, en necesitar que los demás también lo crean. No es fe lo que hay en el protagonista de novela, sino convencimiento, porque la fe no busca esa colaboración de los demás para configurar su argumento. El convencido de ser algo o alguien necesita que los demás se convenzan con él. Por tanto, son especialmente valiosos aquellos momentos en los que los demás le devuelvan la imagen de sí en la que el protagonista se ensueña a si mismo. Los demás sólo son espejos que devuelven (o no) la imagen del ensueño de sí mismo del personaje. De aquí la sensación de que se trata de alguien que no está aquí que se tiene ante las personas que se han transformado en personajes. Parecen alguien que se ha ido, que no acaba de estar aquí enteramente, que está siempre más allá. Está en su ensueño de sí, en su permanente invención de sí mismo.

No es posible la novela de un personaje victorioso, explica Zambrano (1986). Porque si el personaje tuviera éxito, sus avatares vendrían a insertarse en la historia y no habría de qué hablar. El protagonista de novela busca saber de sí, busca la salida a lo que siente como un fracaso. Su novela, su novelería, es a la vez su salida, un camino posible, -- como en el caso de Don Quijote, que crea el paradigma de la novela contemporánea.

Mientras la tragedia griega fue la contrapartida de la metafísica griega, la novela, aunque la preceda, es la contrapartida de la metafísica racionalista y muestra claramente los límites del racionalismo cuando se trata de la vida. El protagonista de la tragedia griega se ignora a sí mismo y se precipita en su acción como la única posible, porque no sabe de sí mismo. En cambio, el protagonista de novela se ha elegido a si mismo y busca ser visto en su propio ensueño de sí.

¿Puede el personaje llegar a matar al autor? Puede. Esto ya lo indicaba Unamuno cuando señalaba que una vez que el autor libera a los personajes en la narración, existe el peligro de que éstos adquieran su propia autonomía. Escribir novelas es un arte maravilloso, pero novelar la propia vida, en el sentido de vivirla como si uno/a fuera el protagonista de una novela, es un hecho gravísimo, porque uno/a pasa a depender de un extraño juego de espejos entre sí mismo/a y su personaje. Quien esto hace

no puede hacerlo sin saberse a si mismo como autor y sin elegir vivir en el permanente ensueño de sí mismo/a, en el tiempo virtual de la imaginación.

La libertad que busca la psicoterapia no reside en la ensoñación de si mismo/a, ni tiene que ver con el espacio/tiempo virtual de la novela. Reside en el reto de vivir desde el tiempo real de la conciencia despierta. Un tiempo en el que no se depende de la imagen en la que uno/a se ensueña a si mismo/a, sino que es el tiempo que puede albergar la realidad que fluye, en la conciencia, en el presente, en el ser con y junto a los demás, los otros reales y legítimos. Un tiempo que es aquí y ahora, este momento, este instante en el que emergemos tú y yo, lector/a y escritor/a, en el acto de compartir este texto. Un tiempo compartido, que nos ayuda a estar aquí y a reconocernos en el ser que somos en este instante.

Demos gracias, por último, a aquellos que nos mostraron con sus textos y sobretodo con sus actos, que transformarse en personaje de su propia historia novelada aunque es una opción, no es la opción válida para la psicoterapia, ni para salir del racionalismo. La salida está en volver a lo que siempre se supo: que el verdadero ser del hombre y de la mujer se constituye en el silencio de las vidas. Y cuando este silencio se hace conciencia, entramos en la realidad que nos sana y nos hace personas. Entramos en la verdad de estar aquí.

La Laguna, 12/06/06