

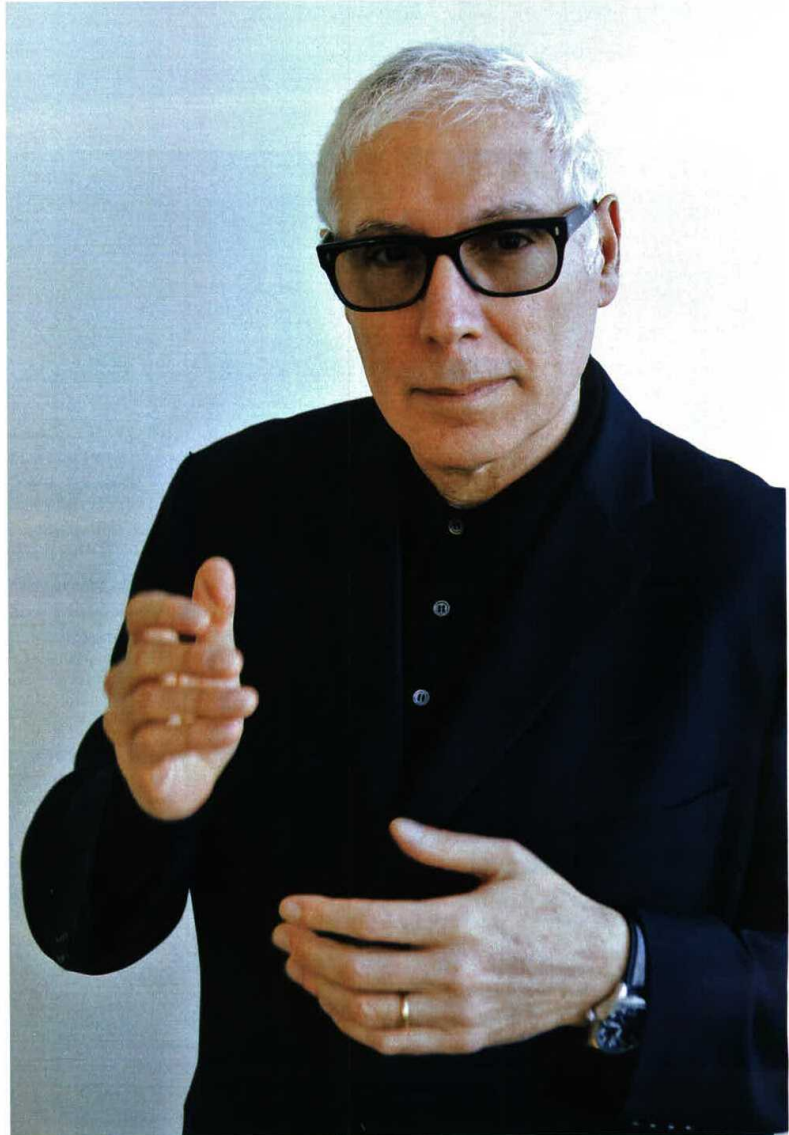
El hombre que escucha y ayuda a aprender a amar

El psicoanalista
Stephen Grosz indaga
en los miedos y
sentimientos que nos
asaltan con frecuencia
en tiempos convulsos.

POR *Miguel Mora*
FOTOGRAFÍA DE *Jesús Uberta*

Cambiando sus nombres y otros datos para respetar su confidencialidad, Stephen Grosz describe con extrema sencillez las complejas vivencias de sus pacientes. A los 61 años, este psicoanalista descendiente de judíos húngaros y rusos, nacido en las afueras de Chicago y residente en Londres, ha publicado su primer libro en España, *La mujer que no sabía amar*, editado por Debate y que en su edición en inglés (*The examined life*) ha sido elegido por la crítica literaria de *The New York Times* como uno de los diez libros más importantes de 2013. La obra recoge los artículos que Grosz ha ido publicando en *El País Semanal* las últimas 14 semanas, y otros 17 más, partiendo de las "cerca de 50.000 horas de psicoanálisis" practicado a lo largo de 25 años en su estudio-vivienda de Hampstead, el barrio residencial del norte de Londres donde se refugió en 1938 el creador de esa terapia, Sigmund Freud, tras escapar de la Viena invadida por los nazis. Grosz ha dedicado su primer libro a contar casos de pacientes en situación de pérdida o de cambio, y prepara ya el segundo, que tratará sobre el amor y la relación de pareja.

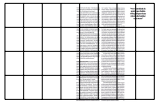
Alto y fornido, vestido totalmente de negro, Grosz abre la puerta de su casa londinense



Stephen Grosz, fotografiado en el estudio de paredes blancas de su casa londinense.

se de tres pisos con una sonrisa de anuncio de dentífrico. Parece un actor de teatro, tiene una cara apacible y tranquilizadora y unas extremidades enormes. Enseguida invita al periodista a pasar a su estudio. Bajo una de las ventanas está el inefable diván, que es en realidad una cama con una almohadita blanca; cerca de la cabecera está el sillón de orejas donde Grosz escucha a sus pacientes, y a un lado hay una simple mesa de madera con el ordenador donde escribe y toma notas.

Sobre el ordenador, Grosz tiene pegados con celo en la pared cinco folios blancos con citas y correos electrónicos. "Son frases de lectores a los que les ha gustado el libro, y otras que me ayudan a pensar en lo que estoy escribiendo ahora", explica. Hay una cita de Virginia Woolf y otra extraída de las memorias de John Updike, *Self-consciousness*, que dice: "El ser humano no puede ser dejado solo. Necesitamos otras presencias. Necesitamos los ruidos suaves de la noche -una madre ha-

		Tirada: 788.834 Difusión: 605.814 (O.J.D) Audiencia: 2.120.349	Sección: - Espacio (Cm_2): 505 Ocupación (%): 97% Valor (€): 41.285,70 Valor Pág. (€): 42.540,00 Página: 23	
Nacional Semanal	Dominical	02/02/2014	Imagen: Si	

blando en el piso de abajo-. Necesitamos los pequeños clics y los suspiros de una alteridad duradera. Necesitamos a los dioses”.

La casa, que destaca por la ausencia casi absoluta de muebles, es este lunes por la mañana un pequeño caos: en el piso de arriba está el comedor, que es también la sala de estudio de sus dos hijos, de 11 y ocho años, y la cocina. Allí anda la hija mayor, una vivaracha y flaca pelirroja que juega con un perro que parece de caza, también guapo y flaco. En la conversación, Grosz reflexiona sobre su oficio y sobre los viejos y nuevos miedos que aquejan a la sociedad occidental desde que el doctor Freud comenzara a escuchar a sus pacientes en la Viena del siglo XIX.

“Lo siguiente que quiero escribir tiene que ver con los obstáculos que encontramos para relacionarnos, los desencuentros de las parejas y los obstáculos que nos ponemos para amar a los otros”, cuenta Grosz. “Veo mucha gente que habla sola porque tiene miedo de hablar con otros. Paradójicamente, un obstáculo para amar es que son incapaces de odiar. Otros problemas son el miedo a decepcionar y a elegir a la persona inadecuada. La envidia es otro obstáculo. Mucha gente vive en un duelo permanente y no siente agradecimiento por lo que tiene o recibe. La gratitud nos lleva hacia el amor. Si no apreciamos a alguien, es imposible quererlo. Pero muchos sienten miedo de rendirse al amor”.

Grosz basa sus textos en la capacidad de empatía y observación, y en su forma clara y simple de bucear en los recovecos del alma humana. Esto, según ha escrito la crítica de *The New York Times* Michiko Kakutani, le sitúa a medio camino entre Freud, Anton Chejov y Oliver Sacks, el neurólogo británico autor del libro *Despertares*. “Me siento desbordado por esa reseña. Entendió muy bien lo que intentaba hacer. Alguien ha declarado que no escribo tanto sobre la gente como sobre los momentos de cambio. Creo que es justo”, cuenta.

Al darle forma de relatos cortos, Grosz reduce al hueso la historia de un paciente al que ha oído millones de palabras. “Eso las hace realmente anónimas, y ayuda a que el lector pueda pensar que está leyendo sobre sí mismo”. Algunos, sin embargo, ven a Grosz como un autor de autoayuda, y expresan dudas sobre el uso público del pacto de confidencialidad médico-paciente y sobre una posible explotación comercial del dolor. “Desde que existe la medicina y la psicología, los psicoanalistas hemos tenido que escribir sobre lo que aprendemos acerca de nuestros pacien-

tes”, replica. “Eso es lo que siempre hemos hecho. Hemos reflexionado mucho sobre la confidencialidad porque es nuestra primera obligación. Sabiendo eso, podemos trabajar para comunicarnos con otros a través de casos anónimos, escondiendo la identidad real bajo nombres y datos supuestos. En mi caso, les pregunté a algunos pacientes qué les parecía que utilizara su caso, y a todos les gustó que publique sus historias. Algunos creen, no todos, que leerlas puede ayudar a otros”.

Sobre la autoayuda, Grosz deja una respuesta difícil de rebatir: “Conozco poco a Paulo Coelho, pero creo que antes de que naciera ese género, los libros ya ayudaban a la gente a vivir mejor. Un paciente que tenía una familia tremenda me dijo divertido que Tolstói, Dostoievski y Montaigne le habían dado modelos para entender a la gente. Yo podría haber escrito papeles profesionales, pero preferí hacerlo simple y renunciar a los tecnicismos para que las historias hagan pensar. Contar historias es la mejor forma de comunicarnos. No creo que mi libro sea autoayuda en ningún caso, pero sí ayuda a alguien, genial. Además hay estu- pendos libros de autoayuda escritos desde el corazón. *Dear Sugar*, de Cheryl Strayed, es fantástico, brillante y da buenísimos consejos”.

En todo caso, Grosz, que acaba de presentar su libro en Nueva York con Siri Hustvedt, la mujer de Paul Auster y autora de la celebrada novela psicoanalítica *Elegía para un americano*, adora la literatura y dice que para él es un honor que le comparen con Chejov, “cuyas historias son una ventana abierta al corazón humano”, y publicar “al lado de Javier Marías” en *El País Semanal*.

“He leído mucha literatura y mucha poesía española”, cuenta. “Lorca, Vallejo, Neruda, Pedro Salinas, al que por cierto cito en el libro... Unamuno... Cuando estudiaba en Berkeley siendo un adolescente, me di cuenta de que esos poetas eran asombrosos, una puerta hacia el mundo de los sentimientos humanos igual de potente que el psicoanálisis, y como ninguna otra poesía del mundo”.

¿No habrá también una especie de venganza hacia tanto silencio guardado durante tiempo escuchando a los otros? “No. Los analistas somos más activos y estamos más presentes que en las películas de Woody Allen. Muchos lectores no se pueden permitir pagar estas sesiones. Muchos son gente de éxito, pero tienen problemas personales, o con sus hijos, o quieren vivir mejor. Nosotros no los juzgamos. La empatía es el núcleo central del análisis, lo que permite a la gente hablar desde el corazón y contar lo que no cuentan a nadie”. →

“Veo cantidad de gente que habla sola porque tiene miedo de hablar con otros”

	Tirada: 788.834 Difusión: 605.814 (O.J.D) Audiencia: 2.120.349	Sección: - Espacio (Cm_2): 520 Ocupación (%): 100% Valor (€): 42.540,00 Valor Pág. (€): 42.540,00	
Nacional Dominical Semanal	02/02/2014	Página: 24	Imagen: Si

→ STEPHEN GROSZ

El hecho de ser padre –tardío– también influyó en la decisión de publicar sus escritos, reconoce divertido Grosz: “Mi madre murió a los 64 años, mi padre estuvo a punto de morir joven a causa de dos infartos. Yo me casé a los 50 años por segunda vez. Y me pregunté qué quería que mis hijos supieran de mí cuando no estuviera. Esa fue la primera motivación. El libro es para ellos. La mortalidad influyó sin duda, lo curioso es que mi padre tiene ahora 93 años y está sanísimo. La vida casi nunca discurre por donde uno espera”.

Grosz define al psicoanalista como detective, traductor y guía, y lo explica así: “Tenemos que investigar el pasado y el presente como si fuéramos detectives. Tenemos que interpretar las palabras de los pacientes y traducir su inconsciente. Y somos también guías porque tenemos que llevarlos a sitios donde no quieren ir, ayudarles a ver lo que menos ganas tienen de ver”.

–¿Se siente un sustituto del amigo, o del cura?

–¡Es distinto! Según me dijo un amigo analista que antes fue cura, no tiene nada que ver. La gran diferencia es la aceptación. Los curas castigan antes de absolver. Aquí no hay castigo. Y tampoco somos amigos”.

La familia es uno de los grandes motores del psicoanálisis. ¿Qué sería de Freud y sus secuaces si no existieran Edipo, Electra y todo lo demás? ¿Sigue esto siendo así? ¿Seguimos sufriendo por las mismas cosas que hace 150 años? “Soy un psicoanalista y no soy excesivamente freudiano, he aprendido de varios, de Donald Winnicott, de Melanie Klein (rival de Anna Freud, hija del fundador) y de muchos

colegas que hacen conductismo, terapia de parejas, de grupo... Pero leí línea a línea a Freud cuando mi mujer tradujo, hace unos años, un libro sobre la histeria, y me di cuenta de que muchos problemas que tratamos ahora existían ya entonces. Es emotivo ver cómo nos siguen atenazando los mismos problemas”.

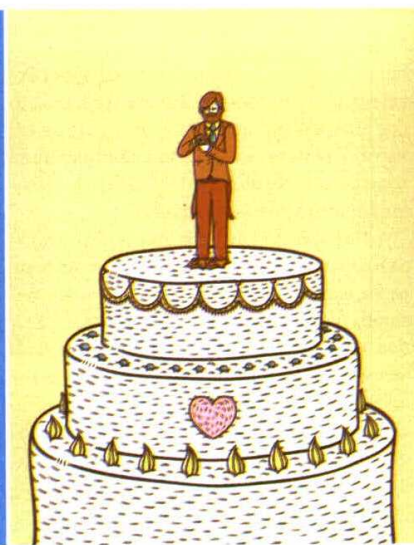
Grosz matiza que es “muy importante saber que no hay dos pacientes iguales. Un hombre me contó que nunca se había sentado a hablar solo con su madre porque tenía una familia numerosa. Pero sucede en otras familias. Nuestro trabajo es escuchar: a veces, la experiencia de ser escuchado vuela la cabeza de la gente. Y hay arquetipos que no cambian: no se puede cambiar sin pérdidas, sin renuncias. Y hay una estrecha relación entre familia y tensión, y entre éxito y depresión, porque tener éxito a menudo significa renunciar a cosas cercanas”.

Cuando se publicó la lista de las organizaciones terroristas, alguien sostuvo que la familia debería figurar en ella porque es la estructura más letal. Grosz sonríe: “Un amigo mío dice que los amigos son los dioses que vienen a pedir perdón por nuestras familias. Y un paciente me dijo una vez: el hogar es el sitio más peligroso que existe. Puede que sea verdad. Aunque algunos padres son maravillosos. A menudo, los problemas donde más ayuda necesitamos son suprimidos por la familia, que siente vergüenza y se convierte así en peligrosa porque te hace sentir culpable. Generalmente las familias nos quieren, pero menos veces nos aceptan tal como somos. Casi siempre son una mezcla de peligro y cariño”.

¿La infancia sigue siendo el origen de todos los problemas? “Muchas cosas vienen de la infancia, pero yo trato sobre todo a adultos, y también estos sufren traumas. Decepciones, enfermedades, embarazos indeseados, crisis... La infancia prefigura nuestra personalidad, pero lo importante sucede en el presente, no en el pasado ni en el futuro. Mi trabajo consiste en influir sobre el presente. No puedo cambiar lo que fue o lo que será. Aunque muchas veces es necesario entender el pasado, sin obsesionarse, y reducir las fantasías sobre el futuro para poder cambiar”.

Una novedad reciente en los gabinetes de los psiquiatras es Internet: la adicción a la vida virtual. ¿Han cambiado las patologías desde hace 30 años? “Hoy estamos más despiadados que nunca, rodeados de iPads, iPhones, correo electrónico, Facebook, las páginas pornográficas... Antes la gente pasaba un día entero leyendo un libro, ahora parece imposible. Estamos siendo transformados por la tecnología y por la crisis económica: se diría que tenemos que estar en un estado de alegría permanente, dispuestos a vendernos a cada momento. El que es triste y callado parece enfermo, aunque sea normal estar triste. Mucha gente se construye un sistema de defensa antidepresivo: bebida, pornografía, prostitutas, deporte, demasiado trabajo, demasiada comida. Intentan no sentir. Muchos vienen para reconstruirse o a pedir que los mantenga arriba. Y no puedo, claro. En realidad es una forma de automedicación. Ese estilo antidepresivo ha aumentado en los últimos años”.

Como terapeuta de fama, Grosz atiende a algunos famosos. Celebrities, figuras del es-



	Tirada: 788.834 Difusión: 605.814 (O.J.D) Audiencia: 2.120.349	Sección: - Espacio (Cm_2): 504 Ocupación (%): 96% Valor (€): 41.201,62 Valor Pág. (€): 42.540,00 Página: 25	
	Nacional Dominical Semanal	02/02/2014	

“Muchas personas se construyen un sistema de defensa antidepresivo. Intentan no sentir”

pectáculo y la política, mandarines de la economía salvaje... ¿Hay una enfermedad específica del famoso? “Nadie me ha preguntado eso nunca. Sí, son un nuevo tipo de pacientes. Para que haya una relación de intimidad tiene que haber igualdad. El personaje conocido tiene todo el poder, y la persona cercana que no lo es suele estar agradecida y enfadada a la vez. Y eso suele producir una gran tensión familiar. Por eso hay tantos divorcios, tantas adicciones entre la gente que acaba de ganar un Oscar, por ejemplo. Lo que suele pasar es que esas celebridades son tres cosas a la vez: el personaje público, el personaje privado y la persona secreta. A los adolescentes les pasa lo mismo: un personaje público en Facebook, otro público-privado y otro secreto”.

En los casos de Grosz hay mucha gente incapaz de llorar. Le pregunto si las lágrimas son el primer paso hacia la curación. Y dice: “Llorar tiene que ver con la capacidad de sentirse vivo. Muchos vienen y me dicen que se aprecian muertos o que fingen ese sentimiento que saben deberían tener. Parte de la solución es ayudarles a descubrir qué perciben realmente. Entenderlos para ayudarles a que tomen decisiones basadas en esos sentimientos”.

Y, por fin, el sexo. Grosz admite que no hay demasiado en sus escritos. “Es importante, pero cada persona es única. Es parte de la respuesta a quiénes somos. Unos lo usan para estar cerca de otros, pero muchos frecuentan a prostitutas para evitar compartir su intimidad o para no entregarse emocionalmente a una persona. Es uno de los temas del próximo libro: la distancia entre lo que decimos que

somos y nuestra sexualidad real. Homosexual y heterosexual son categorías demasiado cerradas. Todos somos más complejos que eso. Sobre todo en las mujeres, la sexualidad es muy fluida, muy cambiante”.

La extensión de la vida hasta edades avanzadas presenta otro problema: si los psicoanalistas no han estado ahí antes, ¿cómo ayudar a sus pacientes ancianos? “¡Con ayuda! Ellos suelen decirte lo que es correcto y lo que no”.

Las drogas siguen siendo un problema mayor. “Puedes matarte con cualquiera. Lo importante es saber por qué quieres hacerlo, de dónde viene ese impulso de autodestrucción”.

La última imagen es la del analista analizado. Grosz dice que se castiga y se premia cada día por estar a la altura como padre, y añade que el fracaso en sus sesiones es continuo, “aunque a veces ese no avanzar es positivo porque estabiliza, y porque, en el fondo, es difícil que la gente cambie, y solo intentarlo es ya un triunfo. En ocasiones, simplemente, no podemos tender y construir puentes, y es duro. La gente ve en nosotros una figura materna, y es muy decepcionante”, admite.

Pero los psicoanalistas tienen una ventaja: se tratan entre ellos, y ejercen el desarrollo profesional continuo: “Para ser analista debes analizarte. Vamos a terapias de grupo, nos contamos casos, nos ayudamos”. Él mismo se psicoanalizó hace algunos años. “Forma parte del entrenamiento. Di unas sesiones con un hombre muy distinto a mí, un psicoanalista italiano muy distinguido, un gran clínico”.

—¿Y qué, está bien?

—¡Espero que sí, al menos tan bien como puedo! ●

De izquierda a derecha, algunos de los dibujos de Wearbeard que han ido ilustrando los artículos de Stephen Grosz publicados en ‘El País Semanal’.

