

Origen: Lo que puede suceder en la relación terapéutica

La película *Origen* está basada en la capacidad de manipular el inconsciente de otra persona cuando se encuentra en un estado alterado de conciencia: el estado onírico, mientras duerme. Más allá de la realidad o fantasía que cada uno le atribuya, esta película alerta sobre lo que puede suceder en una relación terapéutica.

La manipulación de *Origen* consiste en introducir deliberadamente una idea en la mente del soñante, con el fin de que esta vaya a parar a su inconsciente y se quede ahí fijada, dominando sus acciones. En la película se pretende que esa idea provoque que en el sueño aparezcan proyecciones de quien la introdujo en la mente del soñante.

Hay psicólogos y terapeutas que se sitúan delante de un cliente sin haber hecho ningún proceso personal y por tanto, sin conocer sus puntos ciegos y sus proyecciones. En este caso, el terapeuta corre el riesgo de que, de forma semejante a lo que sucede en *Origen*, no sea capaz de diferenciar sus propias proyecciones de las vivencias del cliente.

En una sesión de terapia, el terapeuta debe ser capaz de diferenciar entre su propia visión de las cosas y la que en ese momento tiene el cliente. Asimismo, no puede perder de vista el nivel de conciencia en el que se encuentra el cliente.

Si el terapeuta no se ciñe a lo que es obvio, corre el riesgo de introducir sus propias ideas en la mente del cliente. Esto puede tener como consecuencia que el cliente no actúe guiado por sus propios criterios o como consecuencia de haber alcanzado un mayor grado de conciencia de sí mismo y de lo que le sucede, sino dominado por las ideas y creencias del terapeuta. Esta situación impide que el cliente pueda conectar con sí mismo y con su proceso autorregulador interno.

La dinámica de una sesión de terapia se parece mucho a la vivencia onírica descrita en *Origen*. Carl R. Rogers decía que al terminar una verdadera sesión de terapia, tanto el terapeuta como el cliente tienen la sensación de salir de un trance. Durante la sesión, el cliente contacta con sus vivencias tal y como él las percibe y las siente. Ambos, terapeuta y cliente, están inmersos en esas vivencias. Pero entre ellos hay una diferencia fundamental. Para el cliente todo es muy real, pero el terapeuta, si conoce sus proyecciones, podrá mantener una visión más amplia, y será capaz de ver dónde el cliente está "soñando": percibiendo una realidad inexistente.

En los temas que le hacen sufrir, lo que el cliente ve en los demás no es más que sus propias proyecciones. Cree que las cosas sólo son de la forma en la que él cree que son. El cliente está "soñando". Pero el terapeuta, aunque le acompaña en ese sueño, sabe que se trata de un sueño. El arte de la terapia consiste precisamente en facilitar que el cliente vaya tomando más conciencia de lo que es obvio, y de cuándo está añadiendo interpretaciones o elementos imaginarios a su experiencia. Esta es la forma en la que puede ir ampliando su mirada y por tanto, dándose cuenta de que detrás de su sufrimiento siempre hay alguna realidad soñada.

Si el terapeuta ha hecho su propio trabajo personal, sabrá que la mente es muy lenta para poder ampliar la visión de las cosas. Entonces, estará preparado para acompañar al cliente, pues tendrá paciencia y confianza en el proceso.

Pero si el terapeuta intenta acelerar este proceso, estará manipulando la mente del cliente. Cuando el terapeuta introduce en la mente del cliente una idea que este todavía no puede percibir por sí mismo, la idea irá a parar a su inconsciente y le hará actuar sin conciencia. Precisamente lo contrario de lo que se pretende con un proceso terapéutico.

Esto pone de relieve por qué, para que un proceso sea terapéutico, tiene que ir siempre al ritmo del cliente, y no al del terapeuta.

José Gómez