Clínica e Investigación Relacional
Revista electrónica de Psicoterapia
ISSN 1988-2939
www.ceir.info
Vol. 19 (1) – Primavera 2025 - http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2025.190112

El valor de la literatura para la psicoterapia

R. Armengol Millans[1]

RESUMEN

Además del conocimiento e instrucción propios para ejercer la psicoterapia de introspección y revisión de la personalidad se propone que la literatura es un caudal de conocimientos que los poetas vislumbran y descubren de entre lo que puede resultar obscuro o invisible para una mayoría de personas y pueden contribuir a la formación del psicoterapeuta y a su asentamiento en la realidad.

Se propone, entonces, que puede apreciarse el aporte de la literatura por ser muy superior a lo que suele ofrecer la filosofía. La literatura no es un relato especulativo de la realidad de las personas a diferencia de la filosofía que casi siempre es el resultado poco realista de la observación del mundo y de las personas. Al hablar de especulación también me refiero para desaconsejarlo al gran contenido filosófico de la propuesta teórica de Freud y de otros psicoanalistas tradicionales.

Palabras clave: Literatura, psicoterapia, formación, arte

ABSTRACT

In addition to the knowledge and instruction required to practice psychotherapy based on introspection and personality review, it is proposed that literature serves as a vast reservoir of knowledge. Poets glimpse and uncover insights from what may remain obscure or invisible to most people, and their work can contribute to the psychotherapist's formation and grounding in reality.

It is suggested, then, that the contribution of literature can be appreciated as far superior to what philosophy typically offers. Unlike philosophy, which is often an unrealistic outcome of observing the world and people, literature is not a speculative account of human reality. By referring to speculation, I also mean to discourage the heavy philosophical content present in Freud's theoretical framework and that of other traditional psychoanalysts.

Key words: Literature, psychotherapy, education, art

English Title: *The value of literature for psychotherapy*

Cita bibliográfica / Reference citation:

Armengol Millans, R. (2025). El valor de la literatura para la psicoterapia. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (1): 176-185. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190112

[1] Roger Armengol i Millans es Doctor en medicina. Médico, especialista en psiquiatría y psicoterapeuta. Autor de diiversos artículos y libros. Su último libro: "*Jesús i Sócrates, dos mestres per al futur de la humanitat*". Es miembro de honor de l'Institut Català Donald W. Winnicott.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Tal vez una primera consideración acerca de la literatura sería preguntarse si es útil, y por extensión, si del resto de las artes conocidas como bellas puede hablarse de ellas como realizaciones humanas útiles.

A algunos les parecerá poco la utilidad y buscarán engrandecer la definición; no me opongo a ello, pero según se entienda lo que pueda llamarse útil la relación de la utilidad con la literatura se podría aceptar. Si lo útil puede referirse a lo *saludable*, a lo que produce *bienestar* y *engrandecimiento del espíritu* tal como definen los franceses la palabra *esprit* para las facultades o disposiciones mentales: *Étroitesse d'esprit. Justesse d'esprit. Élévation d'esprit. Esprit modéré. Avoir l'esprit dérangé* como el de Don Quijote de la Mancha, no sería sorprendente que la literatura fuera una actividad útil, de gran provecho.

Veamos lo que se quiere significar con saludable. Se dice saludable porque el arte mientras se está con él deshace la situación de estrés que es una mala cosa si perdura porque abre la puerta a diversas enfermedades. Cuando se tiene un cierto entrenamiento el impacto del arte provoca convergencia del sentir, la mente está concentrada, el impacto promueve quietud y sensación de intenso agrado al encontrarse en un nuevo estado mental; una situación análoga se da al encontrar con satisfacción la resolución de un problema o algo incomprendido hasta entonces que se hace comprensible y comprendido: una sensación agradable producida por el entendimiento de algo que con anterioridad no se entendía. Esta constelación de impresiones disuelve el estrés que supone agitación, y de la agitación se suele pasar a la tranquilidad.

El bienestar se define por sí mismo, se puede decir que no permite el desarrollo del malestar. La referencia al engrandecimiento del espíritu señala que consolida lo anterior y nos permite acceder a una visión amplia, benefíciente de los mejores momentos de la humanidad cuando ello es posible, quiere decirse que la amargura y la agresividad vienen entorpecidas por el contento con uno mismo que aparece vinculado con la alegría.

Pero hay algo más derivado de la literatura como exclusivo respecto de las otras bellas artes: la intelección o comprensión de lo que no era siempre observado del todo en la relativo a la intimidad del humano.

Podemos entender, por ejemplo, qué sería la bondad al observar cómo se conduce Julieta en la tragedia de Shakespeare, Julieta frente al mundo de los intereses mundanos de la gente que la rodea incluyendo en ella al propio Romeo. Asimismo, la valoración de la inteligencia acompañada de una oportuna e importante sencillez y entereza: sería el caso de Esther Summerson en la *Casa desolada* de Dickens o de Elizabeth Bennet en la novela *Orgullo y prejuicio* de Jane Austen o Jean Valjean y el obispo Bienvenu Myriel en *Los miserables* de Víctor

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Hugo. La sencillez puede impedir el desarrollo del envanecimiento. La entereza sería ausencia de doblez, la observamos en los seres que son de una pieza como los nombrados personajes, como quizá habrían sido también Sócrates y Jesús de Nazaret. No hay muchos que no necesiten amoldarse según sean las circunstancies o los círculos y cenáculos con los que se puede tropezar.

Es muy aleccionador vivir una temporada, mientras se leen sus novelas, con los personajes literarios nombrados y muchos otros: Esther, Elisabeth, Jean, Bienvenu seres enteros, sin doblez, esto es, sin hipocresía.

En el Renacimiento teníamos a Montaigne que escribió: «La plus grande chose du monde, c'est de savoir être à soi.» *Etre à soi* sería pertenecerse, ser uno mismo. Quererse en lugar de esperar a ser querido es pertenecerse. *Être à soi* también puede traducirse por saber estar con uno mismo. Pertenecerse en lugar de pertenecer al mundo. Pertenecerse en lugar de ser pertenecido por el mundo o la mundanidad. No engañarse ni desconocerse, sino pertenecerse, evitar que la mundanidad con sus falsas luminarias nos engulla y nos pertenezca porque el mundo no puede ser pertenecido, se corre siempre el peligro de ser pertenecidos. Evitar creerse demasiado. De nuevo Sócrates retumba en pleno Renacimiento.

Se trataría de poder vivir en el mundo con tranquilidad sin vivir para el mundo. No se puede dejar de vivir en el mundo a no ser que te retires a un convento, pero se puede dejar de vivir para el mundo, complaciendo al mundo, tan poderoso y atractivo en ocasiones que hasta algunos de los metidos en el monasterio pueden quedar sometidos a él.

Nuestro Cervantes, como saben, escribió la célebre novela *Don Quijote de la Mancha* que todavía se publica después de más de 400 años. Se narran las aventuras de un hidalgüelo de la Mancha, llamado Alonso Quijano que se dio a leer libros de caballerías sobre los legendarios héroes de siglos pasados como los caballeros de la Mesa redonda del rey Arturo. Se dio a leer estos libros, explica Cervantes, con tanta afición y gusto que con las razones que allí leía perdía el pobre caballero el juicio, se enfrasco tanto en su lectura que se le secó el *celebro* [así se decía en el siglo XVI], se le seco el *celebro* y en poco tiempo se transformó, era Alonso Quijano y pasó a creerse don Quijote de la Mancha. Se vistió y armó como un caballero de aquellos que figuraban en los libros y acompañado de un vecino labriego un tal Sancho Panza, que nombró su escudero, salieron de su aldea con un caballo y un asno a socorrer a aquellas personas que podían estar en algún apuro por las tierras de la Mancha y Andalucía, y llegaron hasta Barcelona. Para Quijote las historias que leía acabaron siendo las más ciertas y verdaderas que podían existir en el mundo. Murió en su vuelta a casa después de muchas aventuras y sinsabores con el juicio recompuesto reconociendo su necedad por haberse creído caballero andante. Abjuró pues de aquellas lecturas que le apresaron con fuertes

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

grilletes, transformándolo en alguien gracioso y molesto, perjudicial en ocasiones. Con todo podía pasar por momentos de suma lucidez como su analfabeto escudero.

A mí me parece que Cervantes, un hombre muy culto, inteligente que pasó por circunstancias muy adversas durante su vida, observó y escribió en su Quijote que la mente se podía secar por razones diversas y perturbar el juicio, al leer supuestas literaturas, ciencias, filosofías o teologías alejadas de la realidad. Tal cosa le sucedió a Freud y después a los psicoanalistas tradicionales al prestar tanta atención a la filosofía y menos a la literatura; recuérdese las citas de Freud de filósofos y la importancia que les concedió, como sucede con Platón o Nietzsche pensadores crédulos muy alejados de la realidad.

En la novela de Cervantes no debe ser por casualidad que se describa a Quijote y a Sancho como personas muy crédulas; ambos creen que han viajado por los aires montados en un caballo de madera de nombre Clavileño; el primero cree por momentos haber presenciado la resurrección de una muchacha de quince años, llamada Altisidora; creía que si la suerte le era favorable podía llegar a ser emperador y hacer conde a su escudero Sancho y darle una ínsula para que la gobernara. Sancho creía saber que aquello podía ser cierto y ganar título y una porción de tierras suficiente como para poder vivir para siempre como un duque. Creían que sabían, pero no sabían lo que decían que sabían, como Sócrates había dicho que sucedía con la mayoría de las personas que no tenían cuidado de sus almas y se desconocían en lugar de conocerse. Conócete a ti mismo recordaba Sócrates continuamente como mandaba el dios Apolo. También Cervantes recordaba la importancia de este mandato, así le decía Quijote a Sancho: «Has de poner los ojos en quién eres, procurando conocerte a ti mismo, que es el más difícil conocimiento que puede imaginarse. Del conocerte saldrá el no hincharte como la rana que quiso igualarse con el buey». El conocerse permite dejar de envanecerse, hincharse de soberbia al creer saber lo que no se sabe. Me parece que Sócrates aprobaría a Cervantes al decir que las personas pueden tener el *celebro* un poco seco o muy seco. Quizá su discípulo Platón con su enorme filosofía llegó a creer que el mundo no tendría remedio hasta que los filósofos gobernaran los países de la tierra. Quizá se sepa que Platón por tres veces viajó a Siracusa en Sicilia para enseñar filosofía y hacer filósofo-rey a un miembro de la aristocracia, un tal Dion. Corrió serios peligros, tal vez más que Quijote porqué en uno de tales viajes fue vendido como esclavo y no pudo volver a Atenas hasta que fue liberado. No era un chiquillo cuando realizó estos tres viajes, tenía 40, 60 y 66 años, tampoco era un chiquillo cuando escribió en *Leyes*, su último diálogo, diciendo que si en las repúblicas había algún ateo que se mantenía en ello debía ser muerto. Lo de Platón en Siracusa tiene un cierto sabor de aventura inútil y peligrosa.

Les quiero recordar que otro con su enorme teología, Tomás de Aquino también escribió que el hereje debía morir. Otros más tarde, los papas Pablo III y Pablo IV también creían saber

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

que se debía matar a los herejes y pusieren en obra el Santo Oficio de la Inquisición en pleno Renacimiento en el siglo XVI. Una institución horrible que se mantuvo viva matando herejes luteranos y brujas en la hoguera durante más de 300 años. En España se abolió para no volver en 1830. La última víctima de la Inquisición en España fue la de Gaietá Ripoll, Cayetano en castellano, un maestro nacido en Cataluña, en Solsona y ahorcado en Valencia en 1826 por explicar a los chicos que él no creía en la Santa Trinidad, ni en la divinidad de Jesús y podía desafiar a sus vecinos comiendo carne los viernes santos.

Sócrates y Cervantes debían tener razón: si eres crédulo según que libros lees o según qué oyes y llegas a creerlo se te puede secar el *celebro* y andar convencido que debes creer lo que crees, especialmente si la conciencia queda tan ofuscada que te permite matar a los ateos, herejes y brujas quemándolos vivos sin que proteste la conciencia. No solo debes matar a los herejes como ordenó Tomás el santo de Aquino, sino que ahora mandado por otros también se mata a ucranianos y palestinos.

Al respecto de la credulidad pienso que he visto bien una cuestión que Cervantes desvela. En el curso de la novela va repitiendo que Quijote pierde el juicio cuando da con la idea o tema de la caballería; al final del libro el bachiller Sansón Carrasco, un amigo de Quijote de la misma aldea, espera que el amigo: «vuelva a cobrar su juicio un hombre que le tiene bonísimo, como le dejen las sandeces de la caballería». Tal repetición de Cervantes sobre el particular señala que el juicio enturbiado o maltrecho se da cuando la ideología "libresca", poco o nada realista se absorbe y seca en parte o del todo el *celebro* llegando a modificar la conducta como sucede con los papas y directores de la Inquisición y con tantos otros afiliados a diferentes grupos o escuelas sectarias como hay. Algunos no llegarán a matar, pero siempre acaban destruyendo algo de valor.

No creo que se enfaden conmigo si les cuento algo más de la Inquisición pensando en un gran hombre de letras, gran dramaturgo y poeta, poco amigo de Cervantes que fue sacerdote y familiar de la Inquisición. ¿Familiar de la Inquisición? Sí, hombres que eran llamados, que tenían por honorable ser invitados a formar parte del Santo Oficio; obtenían ventajas económicas, impuestos reducidos, podían ir armados y a cambió debían delatar a gente sospechosa, herejes o brujas, que no podían saber nunca quién les había delatado; debían también asistir en procesión o acompañando a los reos el día de los autos de fe hasta el cadalso donde se leían las sentencias. Eso hacía Lope de Vega además de escribir obras de teatro y sonetos de gran categoría. Lope un sacerdote cristiano como Tomás. Las iglesias cristinas desde sus inicios hablan demasiado de los pecados de los pecadores y muy poco de sus horrendos pecados. Gente muy ciega, muy ofuscada los victimarios de la Inquisición, apresados por una ideología perversa sobre la iglesia que supuestamente, solo

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

supuestamente, fundó Jesús y seguía guiada por el espíritu de Jesús, el Santo Espíritu. Los victimarios así lo creían y decían.

Si la Inquisición causo enormes males que no sirvieron para nada, hoy otros se ocupan de grandes fechorías matando y matando, los conocidos Putin y Netanyahu. Veremos donde se detienen los Trump's capaces de destruir lo que puede tener valor. Algunos Feijós parecen sus aprendices, pues exageran todo lo que tocan y se hacen amigos de caballeros y damas Vox para conseguir poder. Al parecer no saben que la exageración es la cuna o antesala de la mentira y del fanatismo.

El Quijote es una novela divertida como se sabe y muy instructiva y, en sus páginas se dice en más de una ocasión que la literatura debía deleitar y enseñar. Algunos literatos se oponen a que la literatura enseñe. Pero pienso, como Cervantes, que puede enseñar y si lo consigue mejor todavía, ¿Por qué no aprovecharlo? Pongo algunos ejemplos.

La literatura habla de Ate, la ofuscación. Muy importante lo que observó Homero setecientos años antes de nuestra era. Entiendo que la ofuscación o ceguera están en la base de lo que se cree saber sin saber. Quijote y Sancho serían un buen ejemplo de ofuscamiento. Pero, según se lea Cervantes, habría más. Cervantes un literato muy culto, gran lector es posible que conociera lo que dice Homero en la *Ilíada* cuando da a entender que es un defecto muy corriente. Recuerden: Netanyahu, Putin, los Tramp's. La ofuscación sería algo necesario para adoptar ideologías perjudiciales para todos, alejadas de algunos valores y de la realidad. Hay muchas persones que, en lugar de mirar a la realidad, leen libros o atienden a sinrazones, razones alejadas de la realidad para creer saber lo que en la realidad hubiera. Prisioneros atados con los grilletes de unas ideologías que secan el *celebro* y abren los sectarismos. En la *Ilíada* se lee: «La hija mayor de Zeus es Ate, la ofuscación y a todos [*sic*, a todos] confunde la maldita. Sus pies son delicados, pues sobre el suelo no se posa, sino que sobre las cabezas de los hombres camina dañando a las gentes y a uno tras otro apresa en sus grilletes. También ofusco una vez a Zeus, que dicen que es el mejor de los hombres y de los dioses.»

La literatura descubre en lo relativo a los humanos lo que puede estar entre brumas, escondido o visto sin ser reconocido, sin ser identificado. El literato suele o puede, aunque no todos, ver más allá o más a fondo. A lo que parece superficial, se le añade fondo, calado.

Para seguir un poco más con Homero. Pienso que hay un personaje en la *Odisea* que es muy querido por su autor. Me refiero a Eumeo, el porquerizo de la casa de Laertes, el padre de Odiseo o Ulises. Eumeo era un príncipe en su país de origen, pero fue raptado por unos piratas fenicios cuando era niño. Finalmente fue acogido por Laertes. Fue siempre muy querido y respetado por toda la familia de Odiseo. Cuando éste regresa a Ítaca después de veinte años no es reconocido por el porquerizo que lo trata como si fuera un forastero. Eumeo

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

es un hombre sencillo, inteligente, buena persona que vive su vida con contento. Se lee en el Canto o capítulo XIV: «Respondiste tú, mayoral de los cerdos, Eumeo: "Come ya, singular extranjero, disfruta las cosas que tenemos.». Bien sencillo: disfruta las cosas que tenemos, cuidado con las aventuras de la mente con las cosas que creemos tener o queremos tener.

Tengo a este pasaje de Homero como inspirador de Horacio, el poeta latino durante el reinado de Octavio, César Augusto, al adoptar y describir su *carpe diem* tan aparentemente superficial, que reaparece en diferentes ocasiones en su obra. Se trata de una cuestión importante como se puede vislumbrar en Eumeo. Se suele reproducir a partir del primer libro de las *Odas*, la número 11. Quienes piensan o traducen *carpe diem* por *goza del día* no están acertados, de aquí le viene a Horacio la fama de hedonista y epicúreo que no fue. Es mejor traducir *carpe diem*, por *recoger lo que el día ofrece*. O, como dice Eumeo, lo que tenemos. *Carpe* se refiere a lo necesario, lo útil, también lo gozoso, todo lo que la vida puede dar de bueno y que no todo el mundo sabe aprovechar. *Carpe* es un verbo que tiene que ver con la agricultura, significa: cosechar, recoger, recolectar, vendimiar de ahí que si se habla solo de gozar se habla con parcialidad. A veces he dicho a alguno de mis pacientes, lo generalizo, no digo todo lo que digo ahora de corrido, pero esto tengo en la cabeza, en el *celebro*, dispuesto para emerger, aunque no salga todo: "Mire, usted, imagine que va por el campo y divisa una higuera, pero se dice a sí mismo, no quiero higos, quiero manzanas. Viceversa, divisa un manzano y se dice: quiero higos». Este puede ser el origen del mal humor, del malestar. Estas personas no pueden recoger, aprovechar lo que se da o lo que tienen. Lo mejor no lo tienen lo tienen los otros. Mal asunto cuando se anda así por la vida, se trata de un error que puede corregirse. Como yo no interpreto, imito a Homero y a Horacio, estoy contento con lo que recojo de ellos y poder ofrecerlo a los pacientes.

A propósito de Horacio, el célebre *sapere aude*, atrévete a saber o a pensar, mucha gente, también profesores de universidad, lo atribuyen a Kant, pero es de Horacio, aparece en *Epístolas*, I, 2: *sapere aude: incipe*. Atrévete a pensar: empieza. También en esta Epístola encontramos otros versos como una variación del carpe diem: «Quien alcance lo que le es suficiente, no desee más». O, «Desdeña los placeres: el dolor, precio del placer, daña». Pensamiento este nada epicúreo. También se lee en la Epístola: «Siempre que sus reyes desvarían sufren daño los aqueos» en relación a la guerra de Troya que pudo ser evitada.

Ahora bien, ¿toda la literatura tendría valor para la psicoterapia? No, no; no toda. Si sigo con lo que decía Cervantes sobre la literatura que deleita y enseña, tiene valor para la psicoterapia de introspección la que se hace inteligible. Veamos: Una puesta de sol, alguna puesta de sol puede ser maravillosa, suma armonía y fuerza en la presentación de los colores. Una maravilla en la que domina lo sensorial ante lo inteligible que no aparece. No hay formas solo colores. Hay pintores que hacen con gran arte algo parecido: la armonía requerida está

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

presente en lo sensitivo o sensorial: Turner o Miró, del primero en un cuadro hay una explosión de colores y solo la visión de unas insinuadas velas informan que allí hay un barco y, seguramente, una gran tormenta, pero puede prescindirse de esta información, siendo solo perceptibles colores sin forma de objeto alguno y resultar bello, así sucede con la pintura de Miró o alguna pintura de Kandinski, o la pintura de Mark Rothko. Los nenúfares de Monet pueden ser una maravilla, pero no enseñan nada, como las manzanas de Cézanne o las pinturas de la montaña de Sainte-Victoire tantas veces pintadas por él. Estas pinturas pueden deleitar, pero no informan, no son inteligibles.

En la literatura ocurriría algo parecido cuando lo inteligible no aparece si no se dispone de un código o contraseña de lo leído. Cuando Juan Ramón Jiménez, el poeta de Huelva, premio Nobel, escribe: «Dios está azul. La flauta y el tambor /anuncian ya la cruz de primavera. ¡Vivan las rosas, las rosas del amor, /entre el verdor con sol de la pradera!». No sabemos qué puede decirse de que Dios esté azul si no se tiene la clave que pueda dar Juan Ramon Jiménez si es que puede dar alguna. Podemos recurrir a Rimbaud con su célebre poema *El barco ebrio*; el título del poema ya puede sentirse como teniendo fuerza para sacudir nuestra mente, aunque no diga nada comprensible, no es algo inteligible, como una puesta de sol maravillosa que no puede informar sobre nada aun siendo bella. En *El barco ebrio* se lee: «Mientras descendía por Ríos impasibles», y luego dice: «Soñé la verde noche de nieves deslumbrantes, beso lento que ascendía a los ojos de los mares», y después añade: «¡Glaciares, soles de plata, olas de nácar, cielos de brasas!». Es impresionante, puede dejarnos impresionados, pero es difícil encontrar aquí algo inteligible. Hay críticos literarios que se encuentran muy alejados de tales descripciones que valoran poco, pero pueden gustar, por qué no, quizá porque se las puede leer como se lee una puesta de sol.

Me dejó pasmado la primera vez que leí en *El esplín de Paris. Pequeños poemas en prosa* de Baudelaire, un sol negro. «A un sol negro yo la comparara», escribe el poeta francés. Pero luego añade porque quizá quiere alejarse de la pura sensorialidad o solicitar el acuerdo del lector, el poeta dice: «A un sol negro yo la comparara, si fuese dado concebir un astro negro vertiendo luz y dicha». El sol negro es una mujer que irradia luz y dicha, pero al parecer negras. *El esplín de Paris* es un libro admirable por lo que dice, entre otras descripciones conmovedoras la soledad de mujeres viejas o la ternura para con los niños pobres. Baudelaire en una carta a su madre le explica la gran estima que sentía por este libro, dice: «una obra singular, más singular y más decidida que *Las flores del mal*». Es un libro muy recomendable a pesar de que puedan aparecer momentos de crueldad como sucede también en *Las flores*.

En el caso de la llamada poesía pura como la de Juan Ramón Jiménez de valor para la psicoterapia pienso que no lo hay. Quizá tampoco lo hay si la poesía adopta construcciones muy abstractas; puede citarse la poesía de Carles Riba poeta catalán fallecido en 1959, leo y

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

luego traduzco: «Vaig entrar a la llum marina/com qui es desperta d'un bosc:/verd en el verd, somiava/figures sense color;/cridat per veus fabuloses, /el cor no deia que no;/creia voler i no volia, /el temps no tenia pols.» Traduzco: Entré a la luz marina/como quien despierta de un bosque:/verde en el verde, soñaba/figuras sin color;/llamado por voces fabulosas, /el corazón no decía que no;/creía querer y no quería, / el tiempo no tenía pulso.»

La lectura de los escritores que acabo de citar puede ser saludable, benéfica si no se le exige lo que no quiere dar.

¿Si la literatura fuera de algún valor para la psicoterapia lo tendría también para cualquier otro quehacer? Entiendo que no dada la singularidad de la psicoterapia que es una labor en la que interviene el universo complejo de lo personal e íntimo. El terapeuta debe conducirse con una gran y prudente neutralidad para que el paciente se sienta acogido y pueda decir lo que desee de sí mismo. Como es obvio no todo el mundo en todo momento puede tratarse de este modo, y, además, el paciente debe poder respetar al terapeuta como se le respeta a él. Las personas muy pocas veces nos sentimos aceptados sin crítica por los congéneres. Pero, el paciente debe sentir la aceptación con ausencia de crítica, debe percibir y sentir que el terapeuta está presente y atento para recibir lo dicho y tratar de comprender. Una tal denominada neutralidad; es una actitud que no se da en el mismo grado en las relaciones ordinarias, aunque sean benéficas, benefícientes. Es una cuestión de grado. En las psicoterapias de introspección efectivas hay diálogo, pero no hay discusión. En las relaciones humanas siempre hay algo de discusión que puede malograr el diálogo por momentos. La psicoterapia se apoya en la expresión y la reflexión de lo hablado en un mayor grado que en otras relaciones porque el terapeuta no forma parte del círculo amistoso o familiar del paciente, no está involucrado en una relación personal. Cuando el terapeuta es capaz de acompañar al paciente con serena neutralidad el paciente percibe que aquella relación es especial, diferente y se siente respetado, tranquilizado, calmado. La literatura dado que está construida por personas sensibles dotadas de perspicacia y experiencia para visitar ciertas honduras contribuye a evitar que el terapeuta no se vaya por las ramas, manteniendo opiniones e ideas que deben estar ausentes de su cabeza si ha aprovechado lo que otros han comprendido del género humano, los literatos entre otros. Cervantes comprendió que el creer saber sin saber con el juicio ofuscado puede secar el *celebro* y derivar en grandes males si se es capaz de herir a los demás. El terapeuta puede adoptar este conocimiento socrático y cervantino y ser paciente con quien acude a la psicoterapia y trasladarle con su comprensión la tranquilidad necesaria para que el paciente pueda revisar su vida y sus costumbres.

Debo decir que la psicoterapia no puede tratar el trastorno mental, por ejemplo, no puede tratar la psicosis, pero puede tratar y ayudar al paciente con un trastorno psicótico, lo mismo debe decirse del paciente con un trastorno de depresión mayor o de ansiedad grave.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Parece evidente que la literatura puede contribuir a engrandecer el humanitarismo de las personas y el conocimiento del mismo humanitarismo. Puede ser, entonces, un bien para todos y contribuir al buen ejercicio de determinadas profesiones u ocupaciones, entre otras a la medicina y a la psicología clínica, a la administración de justicia, al sacerdocio, el periodismo, a mejorar la urbanidad y el respeto de todos, pero no a la enseñanza o aprendizaje particular de la carpintería o del pilotaje de los aviones por decir de algún trabajo. Pienso que esto puede entenderse bien.

Para acabar, hoy puede entenderse también que la literatura puede contribuir a que la mente del terapeuta adquiera profundidad, seguridad y realismo. El terapeuta debe evitar levantar los pies del suelo y dejarse ofuscar con ideas varias. Cuando el terapeuta queda aprisionado por idees inadecuadas la psicoterapia se arruina, estimo que la literatura puede ayudar a centrar al terapeuta en lo adecuado, esto es, en la realidad.

Original recibido con fecha: 25/3/2025 Revisado: 30/3/2025 Aceptado: 30/3/2025

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es