

EL HUMOR EN EL DIVÁN

María del Carmen Ramos*

¿Tiene el humor algún lugar dentro de la situación analítica? ¿Puede considerársele un recurso terapéutico? ¿La búsqueda del insight –la brújula de nuestro quehacer- se nutre del humor?

Si consideramos la proposición de Savater (1996) de que “el humor cumple a sabiendas el falseamiento en que toda palabra incurre inconscientemente”, apelar al humor dentro del encuadre analítico nos podría facilitar acceder al inconsciente. Y si aceptamos que toda palabra es “abuso y carencia” en tanto “delata y oculta” (Savater); el humor al exagerar esta dicotomía, nos permite ser conscientes de la fragilidad de las palabras, penetrar en sus contradicciones y descubrir en las fisuras del lenguaje, la eventualidad de un momento de integración entre palabra y afecto, un momento de insight.

Otra característica inherente al humor que nos interesa resaltar, es su carácter esencialmente trasgresor, parafraseando una de las sentencias más conocidas de Wittgenstein: “de lo que no se puede hablar hay que callar”, diríamos que el humor intenta justamente no callar aquello de lo que no se debe hablar. Bertrand Russell lo consideraba incluso, un recurso muy eficaz para enfrentar el dogmatismo, al crear el humor el espacio verbal de la rebelión.

Desde otro vértice, pensamos, que la palabra analítica es también trasgresora y rebelde en la medida en que subvierte el orden convencional y cotidiano para buscar-encontrar nuevos sentidos, más allá de nuestras posibilidades, permitiéndonos así la experiencia del insight. Y esta modalidad que distingue al discurso analítico de otros discursos, se encuentra también presente de un modo intrínseco en la palabra poética.

* Miembro Titular de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis.

Lo poético trastorna la significación a través de la substitución del sentido, condición sine qua non en la poesía de acuerdo a Bousoño (1952). Lo cual quiere decir, que la metáfora poética a través de la subversión del orden lógico del discurso y de la recreación permanente del sentido de la palabra, produce un trastocamiento semántico para capturar un algo más que se nos escapa en el lenguaje racional.

Emily Dickinson (1830/1886) nos lo dice poéticamente a los 20 años de edad.

“Di la verdad entera pero dila sesgada/
el logro está en decirla oblicuamente.”

Tal vez pueda resultar forzado, a primera vista, establecer vínculos entre la palabra analítica (insight), el humor y la poesía, sin embargo son tres dimensiones de la experiencia humana que nos colocan ante un estado del alma, que nos encandilan y sitúan en el umbral de lo inefable, en el límite de lo imposible, del decir por alusión, de comunicar contenidos psíquicos irrepetibles que integran lo afectivo, lo sensorial y lo conceptual.

Pensamos que el sentido del humor, la constatación del insight y la dimensión poética de la palabra nos causan un profundo impacto porque son tres vías que nos reconcilian con nosotros mismos, y nos permiten tolerar el sufrimiento que conlleva la proximidad de la verdad.

Los nexos entre el humor y la verdad fueron descritos hace trescientos años, en 1700, al describir Addison el árbol genealógico del humor: la verdad es la fundadora de la familia y madre del buen sentido, ella engendra al ingenio, el cual se desposa con la alegría y ellos tienen un hijo: el humor.

Freud, quien estudió en dos ocasiones este tema, en 1905 “Sobre el chiste y su relación con el inconsciente” y 23 años después, en 1928 en su ensayo Sobre el Humor, sostenía que en una broma se puede decir hasta la verdad.

A comienzos del siglo, reflexionando sobre el chiste, pensó que era la contribución del inconsciente a lo cómico. Varios años después, cuando ya había creado su segunda tópica sobre el aparato psíquico (yo, superyo, ello) lo consideró un aporte del superyo. La presencia del humor, supone que el acento se ha retirado del yo, trasladándose al superyo. A este superyo sobrecargado le resulta insignificante cualquier intento del yo en realizar sus intereses y por lo tanto es más permisivo. En el humor es el superyo quien consuela cariñosamente al yo. Freud consideraba que el humor es uno de los métodos que el aparato psíquico ha desarrollado para rehuir la opresión del sufrimiento.

Significa que han tenido éxito los mecanismos de adaptación, lográndose frenar la compulsión de elegir entre el sufrimiento y su negación. De otro lado, brinda además, la oportunidad de afrontar y elaborar las causas del sufrimiento. En suma le permite al hombre superar su miedo a la muerte, aceptando su finitud.

Los autores analíticos que después de Freud han estudiado el humor, consideran que es central la presencia de un superyo paradójal, es decir un su-peryo que de feroz devenga en benévolo. Esta noción de superyo mas tolerante coincide con la propuesta de Klein quien sostenía que el superyo sufre, a lo largo de la historia del desarrollo infantil, diversas transformaciones, una de ellas es que se vuelve mas tolerante, por lo, tanto transa mas con las otras dos instancias que conforman el aparato psíquico. Campalans Pereda (1993) en su estudio sobre el humor, nos dice: "el superyo como instancia ética del sujeto es la mas implicada en la experiencia del humor... pone en juego una ética." Lacan, citado por el mismo autor llama al humor "saber alegre", y hace de ello una postura ética: el deber del bien-decir, que no es un deber retórico sino el de reconocerse en el inconsciente y además alegremente, dándole alojamiento al goce.

Resumiendo, si hay humor es que existe un superyo no tiránico, sino más amable, conectado con la realidad sin embargo tolerante con la trasgresión, dando cabida a la ilusión, que consiste en encontrar algo familiar en lo que no es realmente familiar (...) En el humor el deseo se libera de la culpa.

El humor implica, capacidad para reconocer los límites, sorteando el conflicto de manera realista, es el tributo que el principio del placer paga a la realidad, sacando una tajadita.

De otro lado, cuando se recurre al humor, se intenta transformar las aspiraciones narcisistas, tolerando con indulgencia las fallas, de tal suerte que dignifica las carencias, lo cual no existe en el chiste o la burla que llevan al resentimiento y la auto degradación melancólica. El humor no es por cierto, ni euforia, ni manía, ni señal de omnipotencia.

El humor se diferencia de lo cómico, que está mas conectado al cuerpo, a lo gestual o lo mímico. Lo cómico, prescinde del significante y se acerca al puro significado (tropezón, torta en la cara). Lo cómico es universal, nos vincula con emociones nos produce risa; el humor es particular y relacional, está del lado del afecto, su correlato es la sonrisa, ya que la risa no es imprescindible al humor. La ironía, en cambio, es la combinación de humor con agresión. El sarcasmo es una patología del humor, como consecuencia de la falta de valores idealizados. Finalmente, el chiste, en palabras de Alizade M. es una astucia del aparato psíquico y una forma indirecta de expresar, aunque mas no sea por un instante, la representación reprimida. Uno de los atractivos del chiste, así como su eficacia, reside en su fugaz liberación. Los chistes mantienen una similitud con el sueño, se los olvida con facilidad y cuesta trabajo recordarlos.

Gabriele Pasquali en su artículo sobre el humor en el psicoanálisis sostiene la hipótesis de que a los analistas nos resulta mas fácil contener dolor y sufrimiento que placer, por el temor a ser invadidos de un placer que devenga en excitación maníaca que nos haga coludir y por lo tanto alejarnos peligrosamente de nuestra tarea. Sostengo mas bien, que la razón verdadera no estaría tanto en el temor a la excitación maníaca, sino en la posibilidad de

conectarnos con nuestros deseos, ya que en el humor el deseo se rebela de la culpa, sorteando la censura.

Cuando el humor aparece en el análisis, es porque se ha producido una movilización emocional, algunas resistencias tienen que haber cedido, emergiendo la posibilidad del insight.

Podríamos inferir que si hay sentido del humor de manera asociativa, es porque ha disminuido la ansiedad paranoide, y las ansiedades confusionales, pudiéndose darse una mayor capacidad de tolerancia a la frustración frente al deseo o a la necesidad narcisística. Todos sabemos que la ansiedad paranoide es el afecto menos sensible al humor, así como tampoco se lleva bien con la neurosis obsesiva y menos aún con la paranoia.

El sentido del humor puede manifestarse en cualquier momento del análisis, sea a través del ingenio, ironía, humor negro o burla. Gabrieli Pascual piensa que cuando en el curso de un análisis aparecen comentarios humorísticos se hace evidente que existe un mayor grado de conciencia y de voluntad de afrontar las dificultades.

La presencia del humor en el setting nos indica un cambio importante en la economía emocional, suele aparecer en forma ambigua, como lo señala Yampey, debido a la mezcla de afectos y a los múltiples matices de la situación relacional.

Considero que el humor nutre y favorece el verdadero insight porque nos reconcilia con nuestros aspectos disociados o reprimidos, y nos posibilita cierta tolerancia afectiva ante la frustración y el dolor. Es por ello, que la búsqueda de integración que es una meta terapéutica tendría que considerar como uno de sus logros el desarrollar un sentido del humor.

Ahora bien, una vez precisada su función dentro de la situación analítica, voy a referirme a tres viñetas clínicas, donde se puede apreciar el efecto terapéutico del humor en la interpretación, ya que permitió momentos de insight. En todos ellos se ha privilegiado el uso del sentido del humor por parte de la analista.

La primera viñeta, se trata de una paciente mujer, que en el vínculo analítico se muestra muy recelosa, expresando siempre su descontento al momento de pagar los honorarios. En esta sesión está relajada y serena. Asocia que era la hija engreída y consentida de su padre, un poderoso industrial, quien cada vez que la veía, al despedirse le regalaba grandes cantidades de dinero, incluso estando ya casada, diciéndole cariñosamente: "para tus caramelos". Recuerda también la envidia que esto causaba en sus dos hermanas menores. La sesión discurre por diversos temas y al finalizar, bruscamente recuerda que tiene que pagarme, entonces empieza a quejarse en muy mal tono de los psicoanalistas, que es una manera muy fácil de ganarse la plata sin hacer nada más que escuchar, diciendo cuatro tonterías, creyéndose además los dueños de la verdad y encima hay que pagar por eso. De manera despectiva me entrega el dinero y mientras lo recibo, le respondo; "ah, para mis caramelos". La paciente se sorprende, cambia por completo la expresión de su rostro, y risueñamente, añade: "si para tus caramelos"

¿Que fue lo que produjo el cambio emocional?

Pienso que ese señalamiento, con alguna dosis de humor, funcionó como una interpretación para ella y a mi me permitió contener la agresión primitiva sin responder a ella, sino transformándola gracias al humor, en una imagen que contenía sintéticamente, lo afectivo, sensorial y conceptual, de la experiencia vivida en el allá entonces como en el aquí y ahora. Al colocarme empáticamente en sus zapatos, la paciente quedó ubicada en el lugar del padre proveedor de caramelos, sorteando de esa manera todo el impacto de la envidia filial, así como su miedo incestuoso de ser la favorita. Disminuyó así la ansiedad persecutoria y accedió a un momento de asombro y de placer, trasgrediendo el límite del amor-odio. Se pudo hablar de lo que se debía callar, en una metáfora: la de los caramelos.

La segunda viñeta ocurre estando en sesión con un paciente hombre joven e intentando a través de una interpretación de transferencia que se haga cargo de la intensa rabia hacia su padre proyectada en mi, me responde furioso: “tradúcelo, habla en humano”. Risueña, le contesto de inmediato: ¿Podré?

El paciente se queda unos segundos en silencio y añade en un tono más calmado, hasta cordial: “inténtalo a lo mejor te sale”. Ambos nos reímos y más adelante, en esa misma sesión, gracias a ese momento de humor compartido, se posibilita el insight: reconoce que su rabia es porque teme no poder... en general, ya sea realizar sus deseos, o enfrentarse a la autoridad, o satisfacer las expectativas que cree los otros tienen sobre él.

El segundo ejemplo, es propiamente una interpretación humorística, de una situación transferencial, que logró recoger en una sola palabra ¿podré?

Una de las explicaciones más interesantes sobre el fenómeno del humor, a mi modo de ver, la postula muy al paso Pasquali, apoyándose en la noción de identificación proyectiva normal propuesta por Bion (1967) sosteniendo que: “el humor sería una comunicación que lleva el sello de aquel tipo de identificación proyectiva que comunica sin tomar control sobre el objeto.”

Efectivamente, mi comentario humorístico ¿podre? sintetiza la proyección de fondo, que puede emerger como insight gracias a ese momento de humor compartido. En tanto figura de autoridad, el analista representa los objetos internos persecutorios, al tolerar reconocer que puedo no poder, se posibilita en ambos una suerte de elaboración de las angustias primitivas de castración, se bordea el límite de la omnipotencia/impotencia, tolerándose la herida narcisista de la incompletud e impotencia. No por gusto, el humor nos permite reirnos de alguna situación en la que simultáneamente estamos penosamente atrapados.

La última viñeta, se produce mientras saludo a una paciente llamándola por otro nombre, ella me responde con ironía: “mal comienzo si no sabes quien soy”. Aceptando el lapsus, y tolerando mi error, le contesto: “bueno, pero no tan malo porque todavía sé quien soy yo.”

Vemos aquí, como es la paciente quien recurre al humor irónico, conteniendo sus presiones narcisistas y ansiedades confusionales, en este caso el vínculo analítico previo se ofrece como sostén; lo cual me permite acceder a una intervención con humor sobre la situación en la que estoy atrapada, aceptando que aun no he perdido la noción de mi, dejando entrever en entrelíneas que también podría perderla y ser todo un caos.

La palabra humorística revela lo que aún podría ser peor: perder uno la noción de sí, estar en la locura. Ambas reímos sorteando así una de las angustias esenciales: el temor a la locura, que encubre a su vez el temor a la muerte. Adicionalmente, aquel momento de humor compartido en la sesión, posibilitó a su vez la emergencia del insight, asociando mas adelante, una profunda rivalidad con una de sus hermanas, la mas parecida a ella físicamente, sentía que esta hermana la copiaba, le robaba sus experiencias, interfería en sus vínculos, intentando ser su clon.

¿Qué tienen en común estas tres anécdotas? A pesar de estar descontextualizadas de la sesión y de la historia, en todas ellas se puede apreciar la relación, el vínculo intersubjetivo y cómo los dos personajes en acción ha compartido una imagen particular, común solamente a ellos en esa específica situación.

La analista ha empleado su sentido del humor dirigiéndolo hacia ella misma, sin embargo ha tenido un efecto inmediato en los pacientes, porque les ha posibilitado una transformación de las emociones negativas que estaban envolviendo la relación en ese momento: creándose un espacio común de sostén. La interpretación humorística ha permitido tolerar mejor los afectos displacenteros en ambos, sin negarlos, convirtiendo un momento de tensión y desencuentro en una posibilidad de vínculo e insight.

La correcta captación empática del analista produce una íntima y profunda comunicación mutua, nos dice Yampey, por eso las interpretaciones con humor son decisivamente operantes y mutativas. Recurrir al humor implica -de acuerdo a Pascuali- "el reconocimiento de nuestras propias dificultades, la aceptación de nuestras deficiencias y nuestra capacidad de perdonar".

Como vemos en los tres ejemplos, el humor ha trasgredido los límites de la palabra, produciendo contenidos psíquicos que han posibilitado el insight.

Creo realmente, que cuando por medio del vínculo analítico se puede transformar una relación transferencial de naturaleza persecutoria, es cuando puede surgir el humor en sus múltiples matices. La capacidad para el juego y la sublimación se interconectan gracias al humor, que es el juego del adulto con las palabras.

Bibliografía

- CAMPALANS PEREDA, Luis: Sobre el humor. Revista APA, Argentina
FREUD, Sigmund, Sobre El Humor, (1927)
(1905) El Chiste y su relación con el inconsciente.

- YAMPEY, N. Acerca del humor y del insight. Revista APA.
- PASQUALI, Gabriele: (1987) Algunas anotaciones sobre el humor en en psicoanálisis. Libro Annual de Psicoanálisis. Lima, Perú.
- ELIZADE, Alcira Mariam: El Chiste y su escena.
- SAVATER, Fernando: (1996) La voluntad disculpada. Ed.Santillana

MARÍA DEL CARMEN RAMOS

Santiago de Compostela 380, La Estancia, Lima 12, Perú
Telf. 368 1762

E-mail: dunkel@terra.com.pe