

LUCIANO LUTEREAU

**MÁS
CRIANZA
MENOS TERAPIA**

**SER PADRES
EN EL SIGLO XXI**



PAIDÓS

Más crianza, menos terapia

Ser padres en el siglo XXI

Luciano Lutereau



PAIDÓS

Buenos Aires • Barcelona • México

POR QUÉ MÁS CRIANZA, MENOS TERAPIA

Más crianza, menos terapia recuerda a otro título, el del clásico de autoayuda de Lou Marinoff *Más Platón y menos Prozac*, ¿por qué decidí parafrasearlo para el título de este libro?

Esta elección parece menos justificada si le cuento al lector que existe otro libro, que se llama *Garantías de felicidad. Estudio sobre los libros de autoayuda* (2015), en el que Vanina Papalini resume las consignas que conlleva la literatura de superación personal en las siguientes acciones: comunicación transparente; autoafirmarse y superarse; ser eficaz, manejar el estrés, dominar el tiempo; cambiar para adaptarse... ¡Nada de esto es lo que encontrará en mi libro!

Nada de esto, al menos no en el sentido de proponer valores con la forma de recetas que le digan a cada uno qué hacer. Un querido amigo, el psicoanalista y profesor Gabriel Lombardi, suele decir que los libros de autoayuda implican un imperativo, que se expresa en la siguiente frase: «Acá tenés mi libro, leelo y arreglate como puedas».

Agregaría un paso más, una advertencia implícita en este tipo de ensayos: «Y si después de leerlo tu vida no es tan feliz como el libro te invita a serlo, es tu problema». Con lo cual volvemos al punto de partida, que explica el motivo por el cual el lector buscó un libro. Y así buscará otro y luego otro, sucesivamente.

Nada de esto, porque si elegí este título es para invertir ese tipo de lectura, en el que de manera positiva —como si se

tratara de una suma, un paso detrás de otro— se proponen escalones para un bienestar que no es más que una fantasía. Es la paradoja de la sociedad en que vivimos, en la que cada uno busca su verdadero yo (singular y original), pero terminamos siendo todos más o menos parecidos (consumidores con más o menos espiritualidad).

Mi posición va a contrapelo de estas intenciones: para mí el principio de todo lo bueno que puede llegar es el conflicto. Las relaciones humanas implican conflictividad y es gracias a esos momentos de crisis que los vínculos crecen. Pongamos un ejemplo simple: toda pareja se inicia con un enamoramiento que dura cierto tiempo, hasta que llega la primera pelea y, entonces, ahí recién será que esa pareja se consolidará como tal, cuando ambos puedan elegirse más allá de la obnubilación primera. Y este pasaje implica ver de manera más realista al otro, aprender a aceptarlo incluso cuando haya cosas que no nos gustan, etcétera.

Ahora bien, esta apología del conflicto no quiere decir que haya que naturalizar las peleas. Si una pareja no se consolida después de la primera discusión, también ocurre que hay parejas que se pelean siempre por lo mismo. Es tan problemática una cosa como la otra. La salud mental es que los conflictos se vayan transformando con el tiempo, pero esto supone admitir que no puede haber comunicación transparente, ni superación que no implique pasar por una instancia crítica, muchos menos adaptación. Es irrisorio pensar que una pareja se pelea porque los amantes no se comunican de manera adecuada, cualquiera —que haya estado en pareja— sabe que el síntoma más complejo de una relación radica en que decir algo para lastimar al otro sea más importante que lo que se tiene para decir.

Sigmund Freud escribió hace muchos años que su manera de transmitir a otros su descubrimiento era a través de «consejos». Pienso, entonces, que una primera manera de entender mi título podría ser *Más consejos, menos recetas*. Antes que un

libro basado en la autoayuda, en el que le digo a usted, lector, qué hacer, prefiero contarle situaciones concretas y el modo en que yo las he atravesado, como terapeuta, pero también como padre, para que pueda acompañarme a mí y no sea yo el experto. Así, al concluir la lectura no seré yo quien lo deje solo, sino usted quien habrá decidido partir. Espero no me abandone antes de llegar a la última página.

Seguramente usted leyó la solapa para ver quién soy. Ahora sabe que mi práctica se nutre del psicoanálisis. Le contaré un chiste para explicarle cómo pienso mi relación con esta disciplina. Es un chiste que se atribuye a Woody Allen, quien le cuenta a un amigo que durante muchos años padeció enuresis (hacerse pis encima) hasta que fue a un psicoanalista. Entonces el amigo le pregunta si curó su síntoma. La respuesta es: «No, me sigo haciendo pis encima, pero ya no me importa».

Toda la gracia del chiste radica en el desplazamiento del síntoma hacia la culpa, como si quien se analizara perdiera valores morales básicos: se vuelve desprejuiciado, ya no tiene vergüenza, no se siente culpable, pero sigue siendo el mismo. Es una imagen prosaica del psicoanálisis, que podría llevar a pensar que otros tipos de terapias son más eficaces para cambiar —no solo la autoayuda se preocupa por los efectos terapéuticos rápidos—, cuando en realidad la pregunta debería ser: ¿qué buscamos cuando buscamos desesperadamente soluciones? «Nada bueno nace del apuro», dice el músico Nahuel Briones —que expresa muy bien con sus canciones lo que yo pienso del psicoanálisis—. Antes que dominarlo, mejor hacernos amigos del tiempo y dejar de correr; antes que manejar la ansiedad, mejor dejar de escaparle porque solo así se transforma en miedo.

Otro músico que dice con canciones lo que yo pienso con el psicoanálisis —me refiero a Jorge Drexler— dice en una de sus letras: «Uno solo conserva lo que no amarra», es decir, cuánto más queremos producir un efecto, más entorpecemos las cosas; cuánto menos queremos que algo pase, termina ocurriendo;

lo único que tenemos es aquello que dejamos que llegue. Ya lo dijo también ese otro psicoanalista musical, Fito Páez, cuando escribió en la letra de *Cable a tierra*: «No dificultes la llegada del amor». Propongo una nueva forma de leer el título: *Más canciones, menos teorías*. Por eso el lector encontrará varias referencias literarias, a películas, discos e incluso, como sugerencia para cada capítulo, la recomendación de algunas obras para acompañar la lectura; mejor dicho, para que la lectura sea una experiencia. Porque solo nos cambia lo que nos toca profundamente, lo que produce experiencia más allá de los conceptos y teorías —que pueden quedar en un nivel superficial de recepción si solamente son entendidos de modo intelectual—. Tendremos, entonces, menos una bibliografía que una banda de sonido.

De este modo, para mí el psicoanálisis no es una teoría que compite con otras. No voy a sugerir en estas páginas una valoración profesional, sino que tomaré mi disciplina como un saber para producir preguntas, es decir que me interesa sobre todo porque sirve para formularlas. ¿Qué hacemos los psicoanalistas? Buscamos preguntas profundas, porque creemos que ya hay demasiadas soluciones. *Más preguntas, menos soluciones*.

«¡Sí, el psicoanálisis cura!», escribió el maestro Juan David Nasio en el título de uno de sus últimos libros. El psicoanálisis cura, pero no en el sentido de volver a un estado anterior, sino que cura transformando a quien padece, para que el sufrimiento no haya sido en vano, pura pena. En este sentido, el chiste de Woody Allen muestra su cara verdadera: alguien podría dejar de hacerse pis, pero de qué sirve si eso no fue la ocasión de pensar cuál era la causa del malestar, el punto en que ese síntoma podía estar dirigido a otro, podía servir como excusa para evitar ciertas situaciones, o bien ser un modo de autocomplacencia, etcétera. Sin pensar la causa de un síntoma, el conflicto del que nace, removerlo no hará más que desplazarlo hacia otro síntoma.

Esta última observación me recuerda otro chiste de Woody Allen, aquel con el que concluye la película *Annie Hall*, en el que un hombre va a ver a un psiquiatra para pedirle que cure a su hermano, ya que este se cree gallina. El psiquiatra le dice que lo lleve a la consulta, y el hermano del enfermo, satisfecho, le responde: «Fantástico, doctor, pero no olvide una cosa: ¡mi familia necesita los huevos!». Pienso que este chiste puede ilustrar muy bien la situación de cualquier consulta: todos somos, al mismo tiempo, el hermano sano y el hermano gallina.

Por eso cuando en el título digo *Más crianza, menos terapia*, los dos términos no están en el mismo nivel. Por un lado, porque la terapia se dice de muchas maneras y, más allá del método elegido, lo importante es que podamos ver en la vocación terapéutica la búsqueda de conflictos que nos transformen y no simplemente respuestas y claves para vivir. Por lo tanto, el *menos* terapia no es *contra* la terapia.

Por otro lado, respecto del *más* crianza, quisiera desarrollar esta cuestión con una anécdota personal: en los últimos años, cada vez, llegan a mi consulta niños más pequeños; asimismo, las entrevistas con padres se fueron transformando en verdaderos espacios de encuentro, al punto de que me vi llevado a salir del consultorio para ir a reuniones grupales en instituciones, para compartir experiencias relativas a la angustia que despiertan conflictos normales (antes que síntomas), etcétera. En este punto, *más crianza* remite al desplazamiento de lo patológico (que se trata por vía terapéutica) a lo normal (que no deja de implicar angustia). Una satisfacción muy grande de estos años fue el modo en que me vi llevado a reinventar mi práctica, a pensar nuevos dispositivos y formas de encuentro con quienes quieren estar mejor. No porque estén mal, no para no estar mal, sino porque es posible estar mejor.

En definitiva, para concluir esta introducción, *Más crianza, menos terapia* no implica disyunción: una cosa o a la otra —de hecho, el lector advertirá en el libro que critico profundamente

el pensamiento binario—; me gusta que sea un título que pueda pensarse de muchas maneras. Aquí lo parafraseé de tres formas: *más consejos, menos recetas; más canciones, menos teorías; más preguntas, menos soluciones*. Confío a usted, querido lector, encontrar su propia manera de decir lo que el libro le diga. Está (estoy) en sus manos.



Las relaciones humanas implican conflicto y es gracias a esos momentos de crisis que los vínculos crecen.