

ENTREVISTA CON ROBERTO ESCANDÓN CARRILLO

La psicoterapia integrativa ecléctica: el camino del humanismo y de la sanación del alma

José Luis Cardona E.



El humanismo y el eclecticismo en la psicoterapia; el alma y el arte, nuestra necesaria reeducación para cambiarnos y cambiar al país que amamos. Estos son algunos de los temas que Roberto Escandón Carrillo (Orizaba, 1958) acepta como materia para una entrevista con *la colmena* y sobre los que da sus puntos de vista este psiquiatra posgraduado por el ISSSTE y por la UNAM —cuenta con otros dos posgrados más—, que egresó como médico cirujano, con mención honorífica, de la UAEM, y es presidente de la Asociación Mexicana de Psicoterapia Integrativa Ecléctica (AMPIE) y del Centro de Estudios en Psiquiatría y Psicoterapia del Estado de México (CEPPEMAC), además de un activo impulsor de lo que en otras ramas del conocimiento suena a herejía: el eclecticismo, postura sobre la que da sus razones.

Bajo la apacible mirada de *Alf*, colocado en un cartel a sus espaldas, Escandón Carrillo comparte con el posible lector sus ideas, cuya audacia no tiene el gusto de la provocación, sino el impulso de una certeza sostenida por el Dalai Lama: primero cambiemos individualmente y de dentro hacia afuera, después, busquemos el cambio social pacífico. Utopía y dolor. Casi como si fueran de la mano para la sanación de la mente y del alma, o para resguardar la afirmación martiniana de que los niños —y los adultos, agregaríamos— nacimos para ser felices. Esta es la apuesta a favor de que, como el amable extrarrestre de la serie de televisión, digamos juntos algún día: *no problem*.

Entre la ciencia pura y la aplicada

la colmena. Pareciera que el humanismo ha quedado como un emblema de otras épocas históricas y que no tiene cabida en una sociedad ferozmente competitiva, escenario del capitalismo salvaje, y, por ello, tampoco en el ámbito académico ni en la vida cotidiana. ¿Cómo acercaría usted la idea de la humanización de la ciencia psiquiátrica a una sociedad tan convulsionada, que necesita saber que no se está atendiendo a la salud mental con los recursos y en la dimensión que el problema plantea, aun cuando el sufrimiento de la gente es mayor cada día?

Roberto Escandón Carrillo. La ciencia se parece un poco al arte. Ha habido mucha controversia en cuanto a si éste debe ser abstracto y subjetivo, o tener una aplicación social, y, en este sentido, creo que la ciencia es más o menos parecida al arte: hay investigación pura, siempre importante, pero que no siempre tiene una aplicación de tipo social. Yo no concibo a la ciencia, y en particular a la ciencia social, sin que tenga una aplicación práctica, que llegue a la gente. Y en particular la ciencia psiquiátrica: la psique es la mente y, tal vez, el núcleo más íntimo de la naturaleza humana: el alma para los griegos, los sentimientos, las emociones. **la colmena.** Octavio Paz ha dicho que nuestro siglo se ha caracterizado, entre otras muchas cosas, porque nos hemos olvidado del alma, a la que se ha querido dar siempre un significado religioso, cuando los alcances de ese significado son mucho mayores. ¿Estaría usted de acuerdo con esto?

José Luis Cardona E. Periodista y sociólogo. Egresado de la UAEM. Ha publicado en diversos medios informativos.

por los trabajadores sociales y por las autoridades que tienen injerencia en los aspectos de salubridad.

Hay desconocimiento, falta de preparación y una actitud poco dispuesta a interesarse. Tal vez de parte de nosotros los psiquiatras y de los trabajadores de la salud mental que conocemos ese concepto, no hay el empuje necesario para tratar de concientizar, preparar y divulgar lo que es la salud mental. Es un trabajo de largo plazo, así como dicen de "picar piedra", para difundir entre la gente el concepto al que me refiero. Pero no creo que haya una mala intención, sino desconocimiento, otra vez un poco inconsciente. En el momento en que la gente se comience a concientizar de los aspectos de la vida diaria será difícil que no se aplique para mejorar.

la colmena. ¿No están la psiquiatría y la psicoterapia arando en el mar, en una época en la que, como nunca, las personas hemos creado falsas expectativas sobre nuestra vida, como efecto sobre todo de la publicidad superficial y de la comunicación masiva, en un contexto social de más de 40 millones de pobres?

REC. Freud desarrolló los conceptos de Eros y Tánatos, como la energía de la vida contra la energía de la muerte. Fromm habló de biofilia y de necrofilia, precisamente en relación con la sociedad capitalista, a la que vio como una sociedad decadente y sin valores. No son incompatibles estos conceptos, sino complementarios, porque todos tenemos interiormente una tendencia hacia la constructividad, hacia la vida, y una tendencia también hacia la muerte y hacia la destructividad, y eso lo podemos ver en nuestra vida cotidiana, en nuestros afectos y en nuestra conducta. Quienes, por la naturaleza de nuestra profesión o del área de conocimiento que manejamos, debemos aliamos al concepto de biofilia o de

Eros, admitir que es una lucha quijotesca —así como lanzarnos contra los molinos de viento en un medio muy adverso para luchar por ese tipo de ideales— y mantener esa actitud biofílica, con el objetivo de que se dé una gradual toma de conciencia.

Comenté al principio de la plática que no considero a la ciencia sin una aplicación práctica y al servicio del ser humano. Si es una ciencia estéril, es una ciencia —como Fromm diría— necrofílica. Esta, como aquélla, es una empresa difícil, que va a llevar mucho tiempo.

Como me decía un paciente adolescente en una sesión: "doctor, es más fácil ser malo que ser bueno". Y si nos ponemos a pensar a fondo el asunto, los seres humanos tenemos una tendencia hacia el mal, tal vez muy natural, porque es un camino más sencillo que el de ser constructivos, crear valores y desarrollar cualidades para estar al servicio de los demás seres humanos.

Los psiquiatras, los psicólogos, los humanistas, los artistas y los políticos debemos mejorar paulatinamente nuestro nivel de conciencia. Yo tengo confianza. No soy fatalista, porque cuando uno es fatalista se vence ante las fuerzas necrofílicas y una actitud así es como un suicidio mental. Precisamente, una característica de la salud mental es tener una actitud constructiva, de empuje, de amor a la



A nivel mundial, sobre todo en los sectores religiosos y en los sectores enlazados a la salud mental, hay mucha gente que lo hace. Por ejemplo, la Madre Teresa de Calcuta y el mismo Papa —el Papa itinerante—, e incluso en los niveles políticos de algunos países, hay quienes se caracterizan por ser positivos, por impulsar la fuerzas biofilicas. Si lo vemos desde el punto de vista de una lucha entre el bien y el mal, yo le expreso que tengo confianza en que pueda ganar el bien, a pesar de que, como comentaba mi paciente adolescente, es más fácil ser malo que bueno.

la colmena. ¿Ese es un convencimiento, doctor? Usted que ha estado cerca del alma humana, quizá tanto como lo puede estar un sacerdote, o más íntimamente, porque la confesión es un momento y el trabajo del psicoterapeuta lleva horas y horas, ¿es más fácil ser malo?

Vamos a poner la hipótesis de que todos al nacer tenemos las pilas de la biofilia muy intensas. En la medida en que estamos relacionándonos en el entorno social en que nos movemos, empezamos a tener aprendizajes, que comienzan desde la temprana infancia, con el tipo de valores con que nos bombardean, que se envuelven en los mensajes de la sociedad de consumo por vía de la televisión. Eso va enfermando el aspecto positivo. Hay una exaltación de la violencia. Un 70% de los programas de televisión tienden a la violencia, y ésta merma al ser humano y su escala de valores.

sos pueden aceptar el concepto de salud mental y la psicoterapia como un tratamiento para muchos problemas— debemos hacer una oferta mucho mayor, pero no sólo con esfuerzos bien intencionados, sino más profesionalizados.

REC. Así es, estoy de acuerdo. De hecho, hay en algunos sectores religiosos confianza en la evolución de los aspectos ecuménicos, aunque también hay posiciones en contra. En la misma Iglesia Católica hay sectores muy abiertos, no dogmáticos y cada vez más conscientes de que tenemos que dar una lucha en buena lid, que no conlleve el elemento de la violencia.

En psicoterapia, el eclecticismo para *ser prácticos*

..... 39

En México estamos sumidos aún en la ortodoxia de la psicoterapia, pero el movimiento integrativo ecléctico es el futuro de la psicoterapia, y aunque va a llevarse un tiempo, los resultados hablan ya por sí mismos. Si se desea saber qué tan efectiva es una propuesta científica o académica hay que ver sus resultados prácticos. Se sabe que el tipo de pensamiento más productivo y saludable es el analítico-científico. Eso quiere decir que si tenemos un cuerpo teórico, hay que analizarlo y después sintetizarlo, para hacerlo práctico, sencillo, digerible, sin un lenguaje vago, difuso y oscuro. La psicoterapia debe tener un lenguaje popular. Esto es lo fundamental hablando de la psicoterapia.

la colmena. Existe la noción de sentido común de que los artistas, como si fueran bonzos, deben quemarse y morir en las llamas para lograr su conocimiento del alma humana. En *Fausto*, *Crimen y castigo*, en las obras de Shakespeare o en los poemas de Octavio Paz se buscan las huellas de lo que suponemos una vida tremendamente agitada, sufrida y exaltada y finalmente traducida en la creación artística. ¿Hay manera de vincular, de una manera no artificiosa, el dolor con el arte?

REC. La obra cumbre, digamos de un Dostoiévski o un Tolstoi, refleja la salud mental del escritor, no su insania.

El mecanismo de defensa idóneo de la personalidad es la sublimación, y yo creo que los grandes artistas han sublimado su conflictiva poniéndola en un grado superior de productividad y de salud artística, mental y hasta espiritual. Yo creo que la lucha entre construcción y destrucción plasma el artista como tendencia hacia lo positivo, y por eso puede influir en la gente. Es en donde se aprecia el componente aplicativo de su personalidad.

la colmena. Dostoiévski fue epiléptico.

REC. Sí, y sobre Van Gogh persiste la controversia acerca del padecimiento que tuvo, que pudo ser epilepsia o esquizo-



frenia. Esta última enfermedad desintegra la personalidad y la epilepsia hace sufrir mucho a quien la padece. Cualquiera que haya sido la enfermedad de Van Gogh, su obra deja ver su tendencia biofilica y también permite intuir su deterioro mental. En sus etapas últimas, cuando ya la epilepsia o la esquizofrenia estaba más posesionada de su psiquismo, se aprecia cómo se va apagando esa obra.

Esto no quiere decir que en otros grupos, por ejemplo el de los científicos, no haya graves problemas de salud mental. Hay quienes teniendo gravísimos trastornos, han sido premios Nobel y han hecho contribuciones brillantes.

Pero si hablamos de salud mental, yo creo que la mayor parte de la población tiene problemas, y lo vemos en quien acude a un tratamiento psicoterapéutico o psicoanalítico. Yo creo que es rara la persona que no tenga ciertos problemas, y tal vez éstos son inherentes a la naturaleza humana.

El aspecto utópico de la salud mental radica en que se entra en áreas oscuras de

la naturaleza humana, como la envidia, por ejemplo. ¿Quién no tiene envidia, que puede implicar un índice de mala salud mental? Todos tenemos envidia y es normal, el problema son los grados de envidia que podemos alcanzar. La corrupción también habla de una insania mental espantosa. Nada más pongámonos a pensar que la corrupción es un problema nacional y, entonces, pensemos en cómo está la salud mental nacional.

la colmena. Y además es un problema tan arraigado que, para muchas personas, es natural.

REC. Es natural y deseable.

la colmena. Jorge Portilla, en su *Fenomenología del relajó*, y las de toda la brillante generación del grupo *Hiperión*, que buscó escarbar en el mexicano —Reyes Navares estudiando la risa, otros abordando las cuestiones trágicas—; además de la obra de Paz, ¿cree que podamos tener un día un buen retrato del alma del mexicano, si es que eso existe?

REC. Ya hay un buen retrato. Yo le

puedo decir —no conozco a Portilla— que está en parte, por ejemplo, en los elementos que ha aportado Octavio Paz en *El laberinto de la soledad*, donde describe rasgos inherentes a la personalidad del mexicano; hay otros elementos en la obra del doctor Cuevas Sosa, en especial en su *Psicoanálisis de la vida cotidiana*, donde describe características muy de nosotros; hay que incluir la obra de Santiago Ramírez, uno de los primeros psicoanalistas mexicanos.

la colmena. *Infancia es destino.*

REC. *Infancia es destino.* Hay retratos del mexicano hechos por otros psicoanalistas, pero ya hay un buen retrato, aunque tenemos que ubicarnos como gente con una parte universal y una parte muy particular.

El otro lado de la moneda son las características que nos definen como mexicanos. Hay positivas y negativas. Entre las primeras está el hecho de que somos un pueblo optimista, a pesar de todo, y muy aguantador.

Conservamos cierta ingenuidad, pues en cada cambio de época política o económica, tenemos todavía la creencia de que “ahora sí la vamos a hacer”. Somos un pueblo sano.

la colmena. ¿Sabemos reír?

REC. Sí. Desde luego hay que ver en qué situaciones reímos. En general, conservamos la capacidad de reírnos: somos un pueblo con buen sentido del humor y esto nos ha ayudado a sublimar frustraciones; de otra manera quizá tendríamos una historia como la de Centroamérica.

Otra actitud importante es nuestra tendencia, neurótica, con problemas o como usted quiera, a tratar de conservar la familia. Somos una nación que se resiste mucho a la separación familiar. En comparación con los vecinos del Norte, que tienen un índice de divorcios mayor al 50%. Y en Europa hay una situación parecida a ésta que comento.

Entre los aspectos negativos hay un sentimiento de muy baja autoestima, que se manifiesta, por ejemplo, en la actitud ante lo que llamamos naquez, que habla de una subestimación nacional, y que es un sentimiento que, entre otros fracasos, nos hace fallar en los deportes. Yo estoy seguro que si los futbolistas o los deportistas tuvieran un poco de psicoterapia, y mejor

de psicoterapia de grupo, cambiarían mucho el fútbol y el deporte en general.

la colmena. Y ¿cómo andamos en cuanto a sentimientos y frustraciones?

REC. Somos un pueblo con mucho resentimiento de tipo social, económico, material, y tal vez espiritual. Es un resentimiento que no nos permite crecer. Tenemos mucha frustración, que con las crisis socioeconómicas se manifiesta con mayor fuerza en —y sigo con los ejemplos— la delincuencia, que, todos sabemos, es ahora más agresiva. Si fuéramos matemáticos, haríamos una especie de fórmula, en donde a mayor frustración y mayores carencias, mayor resentimiento.

la colmena. ¿Por qué ha tenido tan buena aceptación *Marcos*?

REC. Desde el punto de vista psicodinámico, *Marcos* sería lo que llamamos en psicoterapia un *contreras*.

la colmena. Todos están mal, menos él.

REC. Exacto, pero el pueblo está resentido y *Marcos* es como el adolescente que se le pone al brinco al sistema y en el que la gente ve a alguien como quisiera ser o las actitudes que quisiera tener para protestar. Entonces *Marcos* se convierte en un símbolo, pero debo decirle que hay que tener cuidado con los símbolos, en especial si recordamos que un fenómeno similar —guardando todas las proporciones— se dio, por ejemplo, con Caro Quintero, hace años.

la colmena. A quien *Los Tigres del Norte* le hicieron un corrido.

REC. Este tipo de símbolos son un síntoma muy claro de los resentimientos que tenemos.

la colmena. Y *Marcos* lo sabe.

REC. Y *Marcos* lo sabe y lo explota; lo capitaliza perfectamente. Y con la gente primero se dio una situación psicodinámica relacionada con la protesta, porque muchos quisieron protestar —aunque no fuera de la manera más adecuada—, y hubo una rebeldía ante una situación dada que afecta a la gente, pero después se tornó en una actitud chusca, en la que afloró nuestro mexicano humor, tan peculiar, haciendo chistes.

Biofilia, el impulso vital

la colmena. La salud mental implica un trabajo de suma.

REC. Así es, por eso quiero insistir en que los sectores religiosos tienen a veces mucho mayor peso que los psiquiatras, los psicólogos y los comunicadores. De ahí la necesidad de que tengan una mayor apertura y que no solamente piensen en la importancia de la salud espiritual. Yo estoy totalmente de acuerdo con ellos en que tal vez lo más importante para el conjunto del género humano sea la salud espiritual, pero quisiera recalcar que para que ésta se dé como el más elevado crecimiento que puede tener una persona, se necesita una labor de limpieza previa de los resentimientos y de las frustraciones, y no solamente los sociales, sino los emocionales.

No quiero decir que en todos los casos sea imprescindible tener una buena salud mental para llegar a la salud espiritual, y pienso en los santos.

la colmena. La verdad es que algunos no estaban muy sanos mentalmente.

REC. No, pero sublimaron tanto que tuvieron la iluminación espiritual, que es otra forma de llegar a la santidad o a un crecimiento espiritual máximo, pero no olvidemos que la mayor parte de los mortales no somos muy capaces de tener una iluminación; entonces, como vía alternativa a la iluminación, es necesario fomentar la salud mental y la autoconciencia.

El hecho de que los sectores religiosos se prepararan con más elementos teóricos psicoterapéuticos para la confesión —que ayuda mucho como catarsis— les permitiría dar un consejo más certero, tener una interpretación más idónea, fomentar la autocrítica en la gente, para que la persona pueda revisar qué tan constructiva o tan destructiva es, y que no solamente expie culpas y, sin haber resuelto nada, vuelva a caer en las mismas situaciones que le van a generar las mismas culpas.

Esto tal vez sea utópico, pero tengo la esperanza de que algún día todos los sectores a que me he referido nos podamos unir, porque finalmente lo importante es ser eclécticos: que los sectores religiosos tomen de la psicoterapia, que ésta tome de la religión los aspectos tan positivos que tiene, para sumarnos y dar una lucha más cohesionada, más integrada y más integrativa en pro de la salud mental y espiritual.Δ