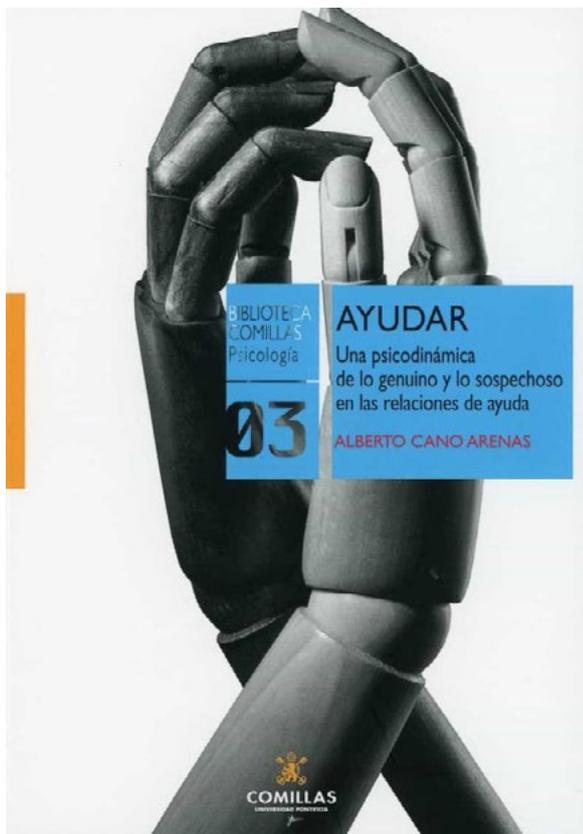


Ayudar. Una psicodinámica de lo genuino y lo sospechoso en las relaciones de ayuda (2020). Alberto Cano Arenas. Ed. Universidad Pontificia Comillas, Madrid, 133 páginas

Ana García-Mina Freire

Departamento de Psicología de la Facultad de Ciencias Humanas y Sociales.
Universidad Pontificia Comillas



¿Por qué quieres ayudar? ¿Qué te lleva a hacerlo? ¿Qué buscas? ¿Qué esperas? ¿Para qué ayudas?... ¿Crees que estás hecho para ayudar? ¿Ayudas a todos por igual? Al ayudar, ¿estás a disposición del otro, o dispones del otro? ¿Qué te aporta el otro ayudado? ¿Te vives urgido a ayudar? ... ¿Te dejas ayudar?

Si estos interrogantes te han suscitado curiosidad, interés, inquietud... te animaría a que leyeras el libro “Ayudar. Una psicodinámica de lo genuino y lo sospechoso en las relaciones de ayuda”, escrito por el psiquiatra Alberto Cano Arenas. En él, desde una doble hermenéutica de la sospecha y de la esperanza, nos propone sumergirnos en las profundidades del psiquismo humano para conocer los dinamismos intrapsíquicos e intersubjetivos presentes en el ayudar.

El propósito del autor al ponernos a sospechar no es juzgar, patologizar o invalidar la ayuda que realizamos, por el contrario, lo que desea es ofrecernos una serie de claves de comprensión sobre lo que se esconde en este gesto tan humano y humanizante, con la finalidad de así ganar una mayor lucidez, libertad y salud.

Tras iniciar su estudio a partir de la psicología pulsional de Freud, fundamentará su reflexión en la escuela Kleiniana de las relaciones objetales, el círculo de autores intersubjetivistas y la psicología del Self de Heinz Kohut,

integrando además otros planteamientos de otras psicologías post-kleinianas. Y todo ello, caminando de la mano del “enfoque modular-transformacional” de Hugo Bleichmar.

Para Alberto Cano, “ayudar es un proceso poliédrico, dinámico, transformador y enormemente movilizador”. “Es el resultado de nuestra disposición instintiva al amor (Kernberg, 1991)”. “Una relación de amor donde la experiencia de la alteridad posibilita nuestra progresiva madurez humana”.

Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

Para este autor, ayudar como ser ayudado supone una concreción pulsional del amor que aunque en situaciones nos lleve a que nos defendamos ayudando, y/o que nuestra ayuda sea masoquista, narcisista, culpógena, depresiva, o esquizoide, no anula el que también sea posible desarrollar una ayuda genuina “fruto de la integración sana y madura entre los deseos de amor y odio, entre las pulsiones de libido y agresividad, entre los principios de placer y realidad con el triunfo siempre conflictivo del amor sobre el odio en la consideración sagrada de la alteridad”. Para Cano, “el ayudar puede ser el lugar psicológico del triunfo de las pulsiones de vida sobre las de la destrucción, del amor sobre el odio, del reconocimiento del otro sobre la propia culpa. De manera que se convierta en un espacio saludable para la satisfacción de necesidades de reparación (autoconservativas) del sujeto ayudador (Hernández, 1990)”. Pero para ello, necesitaremos examinar los dinamismos intrapsíquicos e intersubjetivos en los que se movilizan nuestros deseos más profundos; discernir nuestro mundo de necesidades, deseos, angustias, defensas... así como comprender los círculos narcisistas como otros círculos caracteriales que pueden subyacer al ayudar. De ahí el sentido de su contribución y la oportunidad de su lectura.

Con una prosa ágil, clara, bien estructurada; de una manera muy didáctica Alberto Cano nos ayuda a ir introduciéndonos en un marco psicodinámico desde el que analizar esta disposición intrínsecamente humana en un libro, sólido en su fundamentación y consistente en su explicación.

Como expresa Sebastián Mora, al prologar este libro, no hay sanador que no esté herido. Todos llevamos consigo experiencias que nos hacen recordar nuestra finitud, vulnerabilidad, fragilidad. Ayudar como ser ayudado es una necesidad básica del psiquismo sano. En la raíz del mismo aparato psíquico se encuentra la posibilidad de una ayuda genuina en la que dos subjetividades se encuentran aportando valor a su existir y humanidad a su vivir. En estos tiempos, en que la pandemia nos ha hecho contactar sin piedad con nuestra frágil condición, es una suerte poder contar con reflexiones como las que nos ofrece Alberto Cano para que nuestro modo de ayudar sea saludable, lúcido, maduro y ordenado.